

登山時報

10

2021 No.560

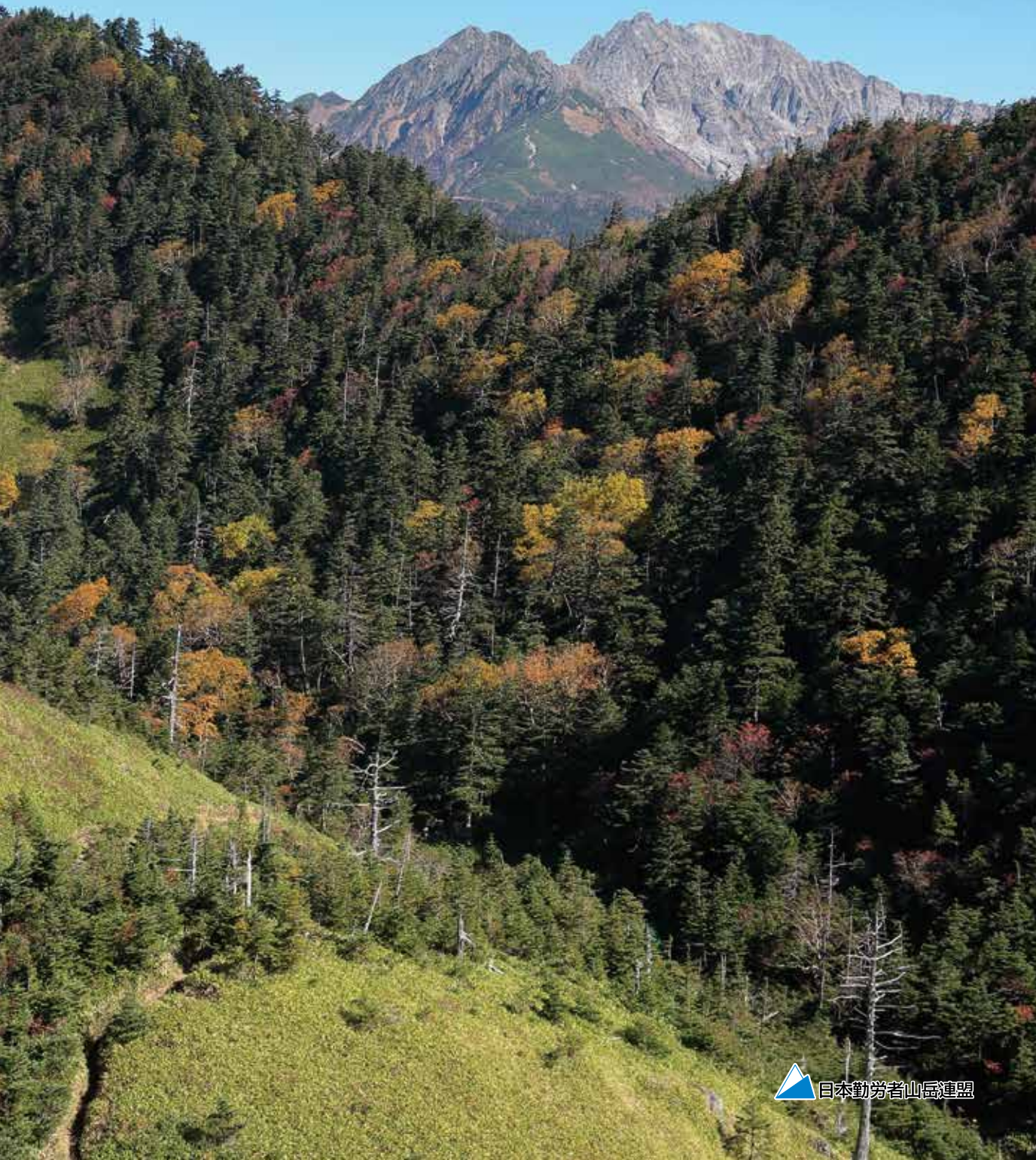
木曽の山々 3編

第24回 全国自然保護講座 in 京都

2021年9月15日発行(毎月15日発行)

1987年3月23日第三種郵便物承認

ISSN 1880-4993



日本勤労者山岳連盟

国際山岳連盟（UIAA）の 待望の日本語訳！ 登山技術スタンダード

ISBN978-4-944014-18-7
C2475 W2000E

9784944014187

1922475020002



このハンドブックは、自らのスキルと知識を深めて活動領域を拡大したいと考えるハイカー・クライマー、登山者のためのものである。もとも国際山岳連盟傘下の山岳組織・山岳会の指導者やリーダー候補生のための参考知識として編纂された本書は、主として夏季の活動に重点を絞り、基礎知識、アルパインハイキング、クライミング、アルピニズムの四部からなっている。このハンドブックは、試行の上安全が確保された技術を提供することを目的としている。こうした技術は資格を持つ講師の開催する正式な講習によってのみ伝授され身につけられるべきである。

公益社団法人 日本山岳・スポーツクライミング協会 創立60周年記念事業出版

日本山岳連盟は公益社団法人日本山岳・スポーツクライミング協会と共同で発行されました。

With the technical and financial support of the PETZL Foundation

総合登山技術ハンドブック 夏季 アルパイン



国際山岳連盟傘下の山岳組織・山岳会の指導者やリーダー候補生のための参考知識として編纂された本書は、主として夏季の活動に重点を絞り、基礎知識、アルパインハイキング、クライミング、アルピニズムの四部からなっている。このハンドブックは、試行の上安全が確保された技術を提供することを目的としている。こうした技術は資格を持つ講師の開催する正式な講習によってのみ伝授され身につけられるべきである。

UIAA

登山教育を優先しよう

登山の世界の限界を押し広げようとしているみなさんがリスクと適切に向き合えるようにお手伝いができることを嬉しく思っています。

みなさんが生涯すばらしい冒険を続けられることを祈ります。

「はしり」より

ベツル財団会長 ホール・ベツル

創立 **60** 周年
1960-2020

日本勤労者山岳連盟
記念出版

代金は2,200円×冊数（税・送料込み）になります。
下記の口座に振込みをお願いします。

振込先（郵便振替口座）
00160-1-152812 日本勤労者山岳連盟中央登山学校

※銀行ATMから振り込むときは
銀行名＝ゆうちょ銀行 支店名＝〇一九（ゼロイチキョウ）
預金種目＝当座預金 口座番号＝0152812
口座名義＝ニホンキンロウシャサンガクレンメイチュウオウトザンガッコウ

※振込日とお届け先の郵便番号・住所・氏名・電話番号などをメールまたはFAXなどでお知らせください。確認できしだい約一週間内にお届けします。

日本勤労者山岳連盟・事務局

TEL03-3260-6331 FAX03-3235-4324 メール jwaf@jwaf.jp
フリーダイヤル0120-44-2742（平日10～18時）
〒162-0814 東京都新宿区新小川町 5-24

国際山岳連盟が登山の世界スタンダードとして発行している技術書が日本語に翻訳されました。発行元は（公社）日本山岳・スポーツクライミング協会ですが、日本勤労者山岳連盟も全面的に協力し、翻訳者は労山国際部長・大和田英子理事です。ぜひ労山会員に広く普及してください。

中国の青いケシ 探訪記

—雲南省編⑧—

写真・文 松永秀和



中国雲南省麗江市玉龍雪山 標高 3350m

メコノプシス・デラバイ

雲南省北西部、特に世界遺産の三江併流地域にはキリスト教会やその遺構が多い。私が訪ねた茨中（ツージョン）には唐風の教会が残っていて、日曜日には礼拝を行っていた。村人の半数はクリスチャンだという。19世紀半ば、ローマ教皇グレゴリー16世がパリの宣教師をチベットへ送ったことが始まりで、フランスがベトナムを植民地にしていたため川運の便のある雲南北部で布教が行われた。20世紀に入ってからはプロテスタント系の宣教師がビルマ経由でこの地に入ってきた。宗教的情熱もあっただろうが、イエズス会が南米で行ったように帝国主義の先兵として先住民訓化の役割も果たした。

パリ外国宣教会から派遣された神父の一人にジャン・マリー・デラヴェエがいる。1867年から昆明で没する1895年まで28年間に3度中国に渡り、布教活動のほか植物採集を行った。この間、彼は20万点以上の標本を集める。パリ自然史博物館に送られた標本は植物学者フランシエにより分析され、1500種が新種とされた。青いケシがヒマラヤ以外にあることが判明したのもこの標本のお陰である。本種は彼が1884年に玉龍雪山で採集したもので、青いケシとしては珍しい多年生である。



小坂口のぞき岩から撮影した御嶽山



台風の接近で2泊3日の予定を1日短縮して、濁河温泉(にごり)から入山して御岳ロープウェイで下山するコースを選んだ。登山口から見る御嶽山がある方向は

雲海に沈む夕日
満月と宵の明星

運営委員長 山下建男 京都右京勤労者山岳会

日本三霊山・御嶽山
京都から秋のバスハイク

木曾の山々



五の池小屋テラスから望む五ノ池



振り返れば一面の雲海 五の池小屋付近から撮影



夕日に照らされた五の池小屋



剣ヶ峰頂上の情景

真っ白な雲の中だ。濁河温泉までは視界も悪く景色を見ることは無理かなとあきらめていたが、登り始めると少しずつ天気が良くなってきた。赤く色づいた木々と、その木々の間から見える青空のコントラストが美しく映え、これから見える景色への期待感が否応なしに増していった。

段差のある木の階段やゴロの道を進み森林限界を越えたころ、後ろを振り返ると雲海の中

にぼっかりと浮かんだ山々が見えた。雲海に沈んでいく夕日の美しさに感動しながら「五の池小屋」を目指した。

台風が抜けた後の山々は美しく、北アルプスの峰々が遠く雲海の上にあった。しかし一向に足は進まず、暗がりの中ヘッドランプを頼りに足元に細心の注意を払いながらやっと小屋に着いた。満月と宵の明星が迎えてくれ、疲れを癒してくれた。小

屋の中の灯りはおしゃれなランプで、ケーキや焼きたてピザあり、寝具の毛布もフカフカだし自家製味噌もおいしかった。素敵な小屋でした！

鎮魂の鐘 慰霊の旅

2日目は、1日目とは打って変わって小屋の前は真っ白で、風雨ともに強く、荒れた天候になった。ヘルメットを装着して

剣ヶ峰を目指して早めに出発した。平らな道がなく、ひたすら登りが続く。九合目の石室山荘から山頂までの急坂に途中くじけそうになりながら、何とか山頂にたどり着いた。

剣ヶ峰の頂上は階段が整備されて神社の雰囲気があった。周りはきれいに色々と修繕された気配はあるが、新しく設置されたシェルターが2014年の噴火当時の緊張感と物々しさを感



(提供＝木曽おんたけ観光局)

じさせた。まだまだ噴火の爪痕が残る光景に心が痛んだ。火山灰が積もってしまった二ノ池周辺は天気の良い日でも池の水があふれ、どこか海岸を歩いているかのようだ。

今回の登山は、もう5年前にもなる御嶽山噴火で犠牲になられた方々を慰霊する山旅だ。目的の一つである噴火で犠牲になられた方々に手を合わせることで、ホッとした気持ちになった。普通の山と違ってところどころに鐘が吊り下げられている。鎮魂の鐘だろうか。それとも噴火の前からあったのか。

硫黄の匂いととも、ここが火山だということを思い知らされた。

同行メンバー感想

(石田) 日本三霊山の1つにも入る木曽の御嶽山を仲間の皆さんと登れ、大満足です。これで日本三霊山全て登れ、3000

立ち入り規制の確認とヘルメット着用を！

万が一の噴火や岩場での落石に備えて、ヘルメット着用のうえ登山を楽しもう。

また、火口から概ね1km以内は立ち入り規制を継続中。一部の登山道のみ、期間限定で通行可(2021年は7月1日午前8時～10月12日午後2時)。規制区域内はヘルメット必須。

状況等に応じて規制の解除・追加があるため、登山計画の際には「木曽御嶽山安全対策情報公式サイト」や自治体などで最新情報を確認されたい。(編集部)

2019年10月13日～14日

1日目 7:30 東本願寺(京都)＝12:30 濁河温泉登山口～18:30 五の池小屋

2日目 7:00 五の池小屋～8:30 二ノ池山荘～9:30 剣ヶ峰～10:30 石室山荘～11:30 女人堂～12:30 飯森高原駅＝13:00 鹿ノ瀬駅

西村佳志子、石田久夫、中込三栄子、岸本悦子、他16名(京都右京勤労者山岳会)

m級の山も1年ぶり、全員高山病にもかからずケガもなく、バスの中も穏やかな雰囲気です。はずみ良かったです。

(岸本) 綺麗な紅葉に、雲海。可愛くてごはんがおいしい小屋。山が好きなたちとの交流。出発前は不安もあったけど、無事に下山でき、山を楽しめることへの感謝をあらためて覚えた山行でした。

山を楽しむ 写真講座

Vol.6

カメラの種類と特徴

写真・文 宮本宏明

ほとんどの方はデジタル一眼レフカメラ、ミラーレスカメラ、コンパクトデジタルカメラという言葉を聞いたことがあると思いますが、具体的に何が違うのでしょうか。今回はカメラの形式による違いと、それぞれの特徴について説明します。

デジタルカメラの種類

デジタル一眼レフカメラ（図1）

レンズから入った光は、イメージセンサーの前に置かれたミラーと上部のペンタプリズムで向きを変え、ファインダーへ導かれます。撮影する瞬間（シャッターを切った時）だけ、点線で

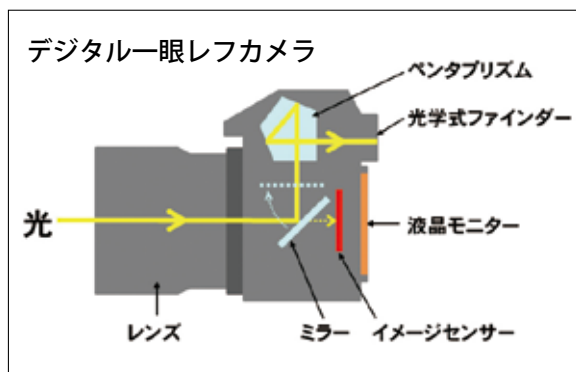


図1

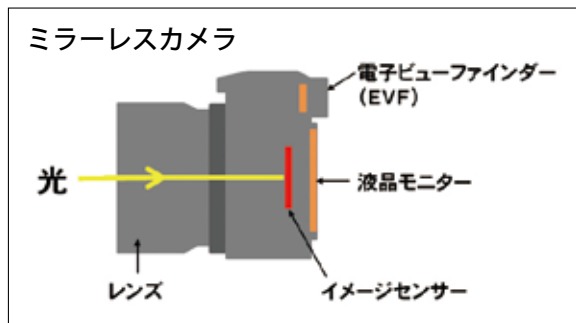


図2

したようにミラーが跳ね上がり、光がイメージセンサーへ当たります。ミラーが上がっている間はファインダー像が見えません。

ライブビュー撮影（ファインダーではなく液晶モニターを見ながらの撮影）の際も、ミラーが上がった状態になります。

ミラーレスカメラ（図2）

名称通り、一眼レフからミラーを除いたカメラです。ミラーボックスとペンタプリズムが無いため、一眼レフよりコンパクトで軽量になります。ファインダーは液晶が組み込まれた電子式のものになります。ファインダー

が無いタイプもあります。

コンパクトデジタルカメラ

基本的な構成はミラーレスカメラと同じですが、ファインダーはありません。レンズ交換もできません。一部の高級機種を除き、イメージセンサーはかなり小さなものを使用しています。

あなたに適したカメラは？

山での撮影にどのタイプのカメラが向いているかを言い切ることは難しいですが、私なりの考えを書かせていただきたいと思っています。

シャッタースピード、絞り、ISO感度などの設定を駆使して色々な写真表現をこれから学んでゆくことを考えると、やはりデジタル一眼レフかミラーレスが良いでしょう。コンパクトデジタルでもハイエンドの機種を選べばかなりのことが可能です。操作性が劣り、明るい屋外（特に雪山）で液晶モニターが見

づらく、山では使いにくいと感じます。但し、弱点を承知の上で、軽量化を最優先にコンパクトデジタルを選択するのは悪くないと思います。一般的にはコンパクトデジタルは初心者向きというイメージがあると思いますが、カメラを使いこなそうとする時、コンパクトデジタルはむしろ上

級者向きといえるでしょう。

	デジタル一眼レフカメラ	ミラーレスカメラ	コンパクトデジタルカメラ	スマートフォン
コンパクトさ／軽さ	△	○	◎	◎◎
バッテリーの持ち／耐寒性	◎	○	○	△
操作性／機能	◎	◎	△	△
交換レンズ／システム拡張性	◎	◎	×	×
画質／高感度性能	◎	◎	○	△

デジタル一眼レフとミラーレスについては一長一短で、どちらが良いとはいえません。デジタル一眼レフのファインダーでは実際の風景を見ているのに対し、ミラーレスのファインダーはイメージセンサーから取り込まれ画像処理された後の画像を見ることとなります。シャッターを切る前から写真の仕上がりイメージを見られることが良いか悪いか好みに分かれるところかと思いますが、カメラの電源が入っていないとファインダー像を見られず、その分バッテリーの持ちが悪いという点はミラーレスの弱点といえるでしょう。テント泊でバッテリーを充電できない山行だと、ミラーレスは予備バッテリーを沢山持たなければなりません。また、ミラーレスの本体サイズは一眼レフよりもコンパクトですが、複数本の交換レンズを揃えた時の全体で見るとその差はわずかともいえます。

センサーサイズ

イメージセンサーには様々なサイズがあります(図3)。

センサーのサイズが大きいほど1画素あたりの受光面積が広く出力信号が大きくなるため、ノイズが減り画質面では有利になります。

センサーのサイズが小さいと、より大きなセンサーに対して画

面の一部を切り出して使う形になるので、レンズの焦点距離が同じでも、より望遠レンズになります。例えば、APS-Cサイズ

で15-85mmのズームレンズは、35mmフルサイズ換算では24-136mm相当(約1.6倍)となります。これは、センサーサイズが小さいほど焦点距離が短くなり、レンズをコンパクトにできることを意味します。

また、同じ画

角で撮影した場合、センサーサイズが大きいほど被写界深度(ピントが合う範囲)が浅くなるため、ボケを生かした表現がやりやすくなります。逆にセンサーサイズが小さいほど被写界深度が深くなるため、足元の花から遠くの山まで全てに

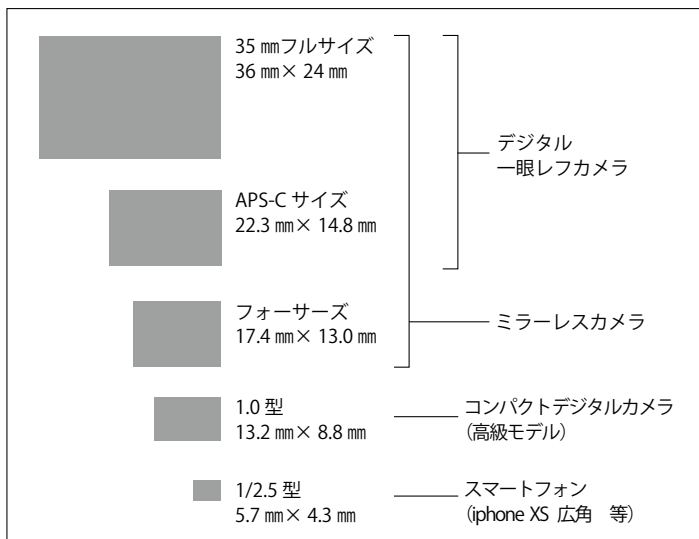


図3 イメージセンサーのサイズ比較

ピントを合わせるような写真を撮る際は有利です。(被写界深度については次回解説予定)

体力に自信があり撮影最優先で山に登る方はフルサイズが良いですが、一般的にはAPS-Cかフォーサーズが最適だと私は思います。

画素数

画素数は画面を構成するドットの数なので、数字が大きければ大きいほど画像が滑らかで綺麗と思われがちです。けれども、画素数が多いほど1画素のサイズが小さく受光面積が狭くなるのでノイズが発生しやすくなり、高感度撮影時の画質は低下します。私の経験的には、大きくプリントすることを前提にしても、2000万画素あれば必要十分だと思います。

因みに、映像規格の4Kでも約800万画素ですので、プリントせずスマホやPCなどモニター上だけで楽しむのであれば、2000万画素でもオーバース

ペックといえます。

フィルムかデジタルか

「フィルムの色の深みはデジタルでは出せない」という声を聞くことがあります。使う側の技術が伴えばどちらを使用しても満足のいく結果が得られ、画質面での優劣は無い、いや、む

しろデジタルはフィルムを越えたとは感じています。逆に、デジタルでなければ写せないもの(例えば天の川)もあり、フィルムの入手が困難になりつつある現状を考慮すると、フィルムに拘っているといずれ行き詰まるかもしれません。撮影技術としてはフィルムもデジタルも大きく変わるもので

はありません。ただ、フィルムは撮影後の処理がラボ任せだったのに対し、デジタルはデータ保管やレタッチのためにPCの基本操作ができる必要があります。PCに馴染みが無い世代の方には、この点が一番悩ましいところかと思っています。

10月のワンポイント

9月中旬の大雪山を皮切りに、紅葉前線の南下が始まります。中部山岳では9月下旬から10月中旬にかけて稜線から山腹へと下ってきます。紅葉は1年のうちで最も華やかで心躍る被写体といえますが、年により当たり外れが大きく、果たして今年の紅葉はどうだろうかとやきもきしている方もいらっしゃるかと思います。

山腹を彩る鮮やかな紅葉は、そのまま写しても綺麗に撮れますが、逆光か半逆光で光が葉を透過するように撮影すると鮮やかさが増し、きらめきを表現することができます。

特に、外れ年の冴えない紅葉や、盛りを過ぎて傷み始めた紅葉でも、この方法で撮影すると見違えるように綺麗な紅葉になりますので、ぜひ試していただきたいと思います。



奥森吉にて



原田勇成の

白神便り

| 第 50 回 |

初雪の森にて

例年より半月も早く梅雨が明けた北東北は、連日暑い日が続いている（8月10日現在）。雨は全く降らず、近隣の河川はやせ細り、アユの成長も遅いそうだ。暑いのはブナの森も同じ。湿度が高いため、じっとしていても汗が滴る。そんな夏真っ盛りの時期にこの原稿を書いているため、写真は涼しさを通り越して、寒い絵になってしまった。

この年の10月26日、まだまだ黄葉が残る森に初雪が降った。標高の低い十二湖周辺ではみぞれ模様だったが、崩山上部が白くなっているのが見えた。これはチャンスとばかりに白神ライン（青森県道28号岩崎西目屋弘前線）へと車を走らせる。一ツ森峠手前からみぞれが雪へと変わる。お気に入りのブナの森はまだ先。天狗峠手前、

標高700m周辺に広がる森が目的地。薄っすらと林床が雪に覆われ、遠景は霞んでいる。望んでいた光景がそこにあった。あと数時間後には雪は止み、明日の昼には消えてなくなることは知っている。風もなく、しんと初雪が積もっていく。静寂を破るのは私の足音とシャッター音。幸福だと思う。

ただ、ゆっくりは出来なかった。雪が勢いを増し、林道も真っ白になってしまった。まだまだタイヤは夏用の上、携帯電話などはもちろん圏外。帰らなければならぬ。急いで車に戻り、4WDに入れて発車。傾斜のきつい登りでは時折タイヤが空回り。何度も蛇行を繰り返しながらも雪のない標高まで降りることができた。

翌日、同じ場所に雪は無かった。

登山時報

2021 **10** No.560

表紙写真：宮本宏明

「秋晴れの穂高」

最高の天気恵まれ上高地から焼岳へ向かう。常緑樹の中に点在する紅葉のパッチワークが美しい。新中尾峠から少し上った展望台で振り返ると、樹林の向こうに穂高連峰がせり上がって見えていた。思わず歓声が上がる一瞬だ。



CONTENTS

- | | | | |
|----|----|-------------------------------|-------------------|
| 01 | 連載 | 中国の青いケン探訪記 | 松永秀和 |
| 02 | | 木曽の山々 | |
| | | 御嶽山 京都から秋のバスハイク | 山下建男 |
| 05 | 連載 | 山を楽しむ写真講座 | 宮本宏明 |
| 08 | 連載 | 白神便り | 原田勇成 |
| 10 | | ふみあと | |
| 11 | 連載 | 子づれ山さんぽ | 武井真理 |
| 12 | | 木曽の山々 | |
| | | 恵那山 満点の紅葉と素晴らしい眺望 | 森義幸 |
| | | 南木曾岳 新会員の歓迎山行 | 西部一政 |
| 16 | | 第24回全国自然保護講座 in 京都 報告 | |
| 18 | 連載 | 「山の本」から見えてくる登山(クライミング)の歴史 | 田上千俊 |
| 20 | 連載 | アドベンチャー・トラベル | 大蔵喜福 |
| 22 | 連載 | 山登りのための やさしい気象講座 | 野尻英一 |
| 24 | 連載 | ネパール温泉紀行 | 石原裕一郎 |
| 25 | | ブックエンド | |
| 26 | | JWAFCLICK 2022年版カレンダー 写真選考の所感 | 小松由佳 |
| 28 | | 専門委員会活動報告 | |
| 31 | | 全国連盟の活動 | |
| 32 | | マンガ フウフウ ハアハア | 村松孝一 |
| 33 | | エッセー ひと 榊原義道さん | |
| 34 | 連載 | 地図読み迷人 | 宮内佐季子 小泉成行 監修：村越真 |
| 36 | 連載 | 会・クラブ紹介 前橋ハイキングクラブ | |
| 38 | | ミニガイド イワオヌプリ(北海道) | 松田幸三 |
| 39 | | 筑井孝子のちょっと人物・物をうまく描こう / あらかると | 石井光造 |
| 40 | 連載 | オススメ山道具 | 笹原芳樹 |



「登山時報」はリサイクル可能なソイインク
(大豆油インク)を使用しています。

山の恩恵に感謝し 山岳自然保護の取り組みを

「山に親しむ機会を得て、山の恩恵に感謝する」

これは、8月11日を「山の日」として国民の祝日に制定する法律でその意義を述べたもの。今年は、大分県九重町で第5回「山の日」記念全国大会が開催された。

「山の日」制定については、国連提唱の「国際山岳年」(2002年)に、国際山岳年日本委員会(全国労山など山岳6団体で構成)の主催による「富士山エコフォーラム」で、山の自然を守る誓いとともに、「山の日」を作ること提案したメッセージが運動の始まり。

2010年には、山岳5団

体(全国労山も加盟)で、「山

の日」制定協議会を発足させ、

山を考える「山の日」を作ろうというパンフレットを4種(10万部ずつ)作成、構成員に配布し、運動を促進した。

その後、2012年に開催されたシンポジウム「みんなで山を考えよう」を契機に、超党派で国会議員連盟が発足、「山の日」制定が本格的なとりくみとなり、2014年に「山の日」が国民の祝日として制定、16年に施行された。

近年、山岳団体が関与した「山の日」の話が薄れてきているのが実情だ。登山者・登

山団体として「山の恩恵に感謝する」ことを言葉だけに終

わらせてはいけない。リニア工事による南アルプスの自然破壊、山岳地域への風力発電、メガソーラー建設計画など、自然破壊が進められている。

2001年に設立された、「山岳団体自然環境連絡会」の「とりきめ」に、「われら皆、山の民」として私たちは、山と緑の守り手となり山岳自然の調査、監視、保全につとめる」ことを宣言した。山岳の自然保護は登山者・登山団体の責任でもある。この立場から、「山の恩恵に感謝」し、山岳自然保護に取り組むことが大切である。

(浦添嘉徳／日本勤労者山岳連盟 理事長)

超低山の世界

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、山行に制限を感じざるを得ないことも増えた昨今。こんな状況下だからこそ山の楽しみ方として、近場の「超」低山への山さんぽいかがでしょうか？

超低山は、公園の中にあることも多いので、小さな子連れにもうれしい。そのなりたちを説明した看板が立っている場合も多く、その土地の歴史に思いをはせることができます。

かつて私がたずねた超低山

①、②は勤務先の近くということで、噂を聞き、気になっていた2山

①東京都新宿区 箱根山 44.6 m

JR 高田馬場駅から徒歩 30 分、東京メトロ東西線早稲田駅から徒歩 10 分等。戸山公園は「箱根山地区」「大久保地区」の2箇所に分かれているので注意。

戸山公園内にある山。庭園の池を作る際、掘った土が山として親しまれるようになったそう。人工の山ですが、山手線内の「最高峰」ということで、公園のサービスセンター(@大久保地区)では、「登頂証明書」がもらえます。



都会のオアシス

②東京都新宿区 おとめ山 33 m

JR 高田馬場駅から徒歩 15 分

新宿区の緑のオアシスといった感じです。おとめ山に行く前に、地形図を眺めていたところ、近くの小学校には三角点があることがわかり、それも見に行きました。



武井真理 カモシカスポーツ

七瀬 2015 年 6 月生まれ

峻 2018 年 7 月生まれ



箱根山全景



山頂



階段で上り下り
(七瀬 1 歳 6 ヶ月)

③東京都千代田区 三笠山 9 m

東京メトロ丸ノ内線霞ヶ関駅 B2 出口から徒歩 5 分等

日比谷公園内にある山。山頂から広がる眺めは、大都会のビル群。山のなりたちは箱根山に似ています。少し足を伸ばせば、愛宕山(東京 23 区内の天然の山最高峰。港区は東京タワーの近く)も遠くありません。



山頂

案内看板

三笠山
この小丘を含むテニスコート西側の一帯は三笠山と呼ばれています。
公園造成時に盛土で作られた人工の山で、その頂上は全長が三つの頂を兼ねた形に造られていたためこの名が付いたといわれています。
その後、テニスコートの造成など地盤の整備に伴い、山の形は変わりましたが、三笠山の名は残りました。



ここも階段で上り下り
(七瀬 2 歳 10 ヶ月)

低山の情報を調べるには？

- ・自分の住んでいる地域の、1/25000 地形図を眺めてみる→超低山は載っていないこともありますが、三角点など意外な発見があることも。
- ・大きな公園のパンフレットやホームページを調べてみる。公園内に「〇〇山」と名付けられた超低山が潜んでいる場合が…！
東京都内の公園なら、Web サイト「東京都公園協会 公園へ行こう！」<https://www.tokyo-park.or.jp/> も参考に。
- ・東京都内～近郊の超低山なら、中村みつを『東京まちなか超低山』(ペリかん社 2018 年)。イラストも満載で楽しい。
- ・全国の超低山を網羅！ Web サイト「低山倶楽部」<http://choteizan.web.fc2.com/index.htm> 私の実家のお墓は、岐阜県の小さな小さな山の斜面に位置しているのですが、何とその山も載っているマニアックぶり…。



丸木橋を渡って登山道に入る

木曾の山々

日本百名山・恵那山

満点の紅葉と素晴らしいアルプスの眺望

森義幸 大垣勤労者山岳会／岐阜

恵那山（2191m）は木曾山脈の最南端に位置する山で、日本百名山の中では比較的低い山だ。濃尾平野からは楕形の山容を望める。その恵那山にぜひ登りたいというYさんの強い要望を受け、私以外は初めてという3名の熟年メンバーで紅葉を期待して出発した。

場や山頂避難小屋にはトイレが設置され、女性登山者にとって便利で大変ありがたかった。駐車場周辺の紅葉は最盛期を迎えており、モミジの赤色がカラマツの黄色・オレンジ色、常緑樹の緑色と入り混じって美しい色どりを演出していた。

1750m地点からの
眺望は最高



恵那山の紅葉（駐車場から登山口へ向かう途中で）

広河原駐車場は大阪、高知、福島、富山、福井など他県ナンバーの車でほぼいっぱいだった。峰越林道ゲート前駐車場

河原に下り丸木橋を渡り、登山道に入った。登山口から頂上までの沿道にはクマザサが生い茂っていたが、刈り込まれていて、とても歩きやすかった。広河原からの登山道は他のルートより恵那山山頂に最短で登れる

ため日帰り登山ではよく利用するようになったが、標高差が1113mあるため70歳を超えた私にはきつかった。

1750m地点からの眺望は最高で、振り返ると南アルプスの山並みと雲海、仙丈ヶ岳や甲斐駒ヶ岳、ずっと奥には富士山の山頂部を確認することができた。中央アルプスや乗鞍岳だけでなく、北アルプスや笠ヶ岳や槍ヶ岳も眺められ、眼前の紅葉の景色と相まって大自然の雄大

な景色を楽しむことができた。

来てください 恵那山へ

この日の午前中は南アルプスに雲がかかっており、山裾は見えるが山頂は見えなかった。通常は午後からガスがかかるので、午前中見えないとその日は遠望が望めないが、この日は違った。山頂の樹間から聖岳が見えるのは新発見だった。下りてくると雲が切れて、南アルプス全貌と

富士山の山頂部がはっきり見えた。初めて登ったメンバーは大喜びだった。

恵那山山頂は、避難小屋上部岩場以外は生い茂った木々にさえぎられて全く展望がない。山頂には山の神さんが祀られた複数の祠があるが、ほとんど展望がきかないのでへそを曲げておられるように感じた。登山道はなだらかで道幅も広く、よく整備されており、とても歩き易かった。下山時は何度も何度も立ち

止まっては南アルプスと中央アルプスの山容を惜しみながら眺めを楽しんだ。老若男女、年齢や経験を問わず、誰でも受け入れてくれる優しい山でした。

下山後は昼神温泉で冷えた身体を温めた。念願の百名山を登頂できたと安堵してすぐ近くの園原インターより帰路についた。

2019年11月3日
7:35 峰越林道ゲート前
駐車場～8:15 広河原登山口
～11:45 恵那山頂
上～15:39 広河原登山口
～16:00 駐車場



唐松の紅葉と中央アルプス



南アルプス白峰三山が見えた (1700 m地点から)



1 番右私、1 番左 Y さん



電子地形図 25000 (国土地理院) を加工して作成



展望広場から望む初冠雪の御嶽山と乗鞍岳

木曾の山々

南木曾岳

新会員の歓迎山行

西部一政 多治見勤労者山岳会／岐阜

新会員が入会した年は、新会員歓迎山行を実施しています。山は決まって南木曾^{なぎそだけ}岳です。その理由は、以前から、登山の難易度の基準となる山として、南木曾岳をレベル3に設定しています。レベルは5段階（最も難しいのが5）です。また、合宿のトレーニングコースとして利用していました。馴染みの山です。

南木曾岳は恵那山と中央アルプスの間にある山です。最初は沢沿いを歩きます。登りコースと下りコースの分岐を過ぎるとここからは木製階段や、岩の間をよじ登る所もあり、変化に満ちた登山道です。

頂上は、樹林の中で展望はありません。ここから10分くらい

歩くと、避難小屋のある展望広場があります。天気が良ければ、正面にどっしりと中央アルプスの山々、その先に南アルプスも見えます。左には北アルプスの



恒例の歓迎山行に15名参加（うち新会員4名）



赤屋根の避難小屋と頂が白くなった中央アルプス



電子地形図 25000 (国土地理院) を加工して作成

山々も望めます。見飽きない絶景スポットです。
帰りは下山コースを下ります。最初に摩利支天の大きな岩が鎮座しており、その上に登って万歳するのが楽しみの一つです。

最初は急峻で、三点確保をしながら注意して降ります。登りコースと下りコースの分岐にたどり着くと、ほっと和む気分になります。

れを機会に親睦を深めてもらうことを期待して実施しています。今年も現時点で3名の新規入会があり、10月に歓迎山行を予定しています。

今回は、頂上でぜんざいを作つて皆にふるまいました。ちなみに一昨年は、この地域の名産栗きんとんを供する野点を行いました。

2020年10月18日

8:20 登山口～9:00 登りコースと下りコース分岐～11:00 展望広場 (12:15 まで)～12:30 摩利支天～14:00 分岐～15:20 登山口

※アクセスは、中央道を中津川ICで下りて、国道19号を妻籠方面に向かう。その先にある蘭キャンプ場の奥、林道を進んだところに登山口。トイレあり、駐車場30台程度あり。

CONTENTS

東京五輪2020開催とその検証

オリンピックは閉幕したけれど…

ウォーキング 富山「蟹気楼のみえる街」魚津を歩く

スポーツ記者の「視点」フェアプレイ、友情と視点を考える

スポトピ 「こむら返り」には漢方薬が効く
山芋などの「ネバネバ」は何？

**スポーツ
のひろば**

**2021
No.540 10月号**

定価 290円
年間購読 3,600円



発行 = 新日本スポーツ連盟

ホームページ
<http://www.njsf.net>

東京都北区田端 1-24-22 山柿ビル 3F
TEL 03-5834-8726 FAX 03-5834-8723

北陸新幹線巨大隧道工事と 山岳自然環境を考える

第24回全国自然保護講座 in 京都

2021年7月10～11日開催



京都にトンネル?! 自然破壊の工事計画

今年の自然保護講座は、自然
の中での創造を謳う「あうる京
北」（京都市右京区）と南丹市美
山町田歌地区で開催された。地
元の京都府、大阪府、西は徳島県、
岡山県から、東は埼玉県・栃木
県まで37名が集った。

テーマは「北陸新幹線巨大隧道
工事と山岳自然環境を考える」。
すでに東京―金沢が開業してい
る北陸新幹線は、さらに金沢か
ら敦賀、京都を経て大阪までつ
なぐという計画だ。トンネル工
事が主で、そのとき排出される
残土は880万m³とされる。そ
の残土を処理する場所も明らか
になっていない。

京都府内では2021年から
22年にかけて、江和などの美山
町知井地区はじめ京北の黒田地
区はじめ京都市内、宇治市など
を調査し、22年の夏には「準備書」
が公開される。これが環境影響
評価書へ市民が意見できる最後

の機会となる。調査項目として、
北陸新幹線を通過させることに
よる①水環境、②大気環境、③
土壌に係る環境、④動植物、生
態系への影響などが挙げられてい
る。

「リニア中央新幹線の南アルプ
スルート」と同様に、南川支流・
由良川・上桂川等の水の汚染、流
量減水や水枯れなどの問題もあ
る。また、騒音や15年にも及ぶ
長期の工事期間、美山など谷合
にある山郷の狭い道路にダンプ
の往来が増えることなどによる
観光分野での影響も懸念される。
さらに、残土には有毒のヒ素や
マンガンなどの重金属が含まれ
ることから、その処理・活用で
人と自然環境への問題が生じる。

経済的にも採算が取れない計
画で、2兆1千億円を超える工
事費の負担は、未来の国民につ
けを回すことになる。

こうした問題点について、自
然保護講座の初日（7月10日）
は榊原義道氏（北山の自然と文
化をまもる会代表幹事・元労山

会員）を講師に、2時間にわたっ
て学習した。

榊原さんの訴えには「町を囲
む山々が育んだ豊かな水の巡る
町京都。数えきれない世界遺産
があり、世界中から大勢の人たち



講演する榊原氏

- ①「風力発電について」
片山博之（徳島県連）
- ②「避難小屋維持管理と登山道整備について」
森初芳（栃木県連）
- ③「リニア新幹線計画の問題点について」
竹本幸造（静岡県連）
- ④「圏央道高尾トンネル自然環境訴訟の今昔」
林祥介（東京都連盟）

地方連盟からの報告（1日目）

※榊原さんについては本誌33ページ「ひと」欄に掲載しています。

が訪れる京都。そんな豊かな町の地下にトンネル掘って新幹線通すって本気?! もうこれ以上、開発という名の破壊行為をゴリ押しするのはやめにしましょう。これ以上のスピードや利便さは残らない。次代に残したいものは残された自然と町の暮らし」

とあった。本当にそう思う。

美山町田歌地区で計画地を見学

講座2日目（7月11日）は、南丹市美山町の田歌地区在住の長野宇規氏（知井の新幹線問題を考える有志の会代表）を講師に迎えた。

敦賀・京都・大阪を縦断的に結ぶとした新幹線計画は、大手ゼネコンなどとなりがりが大きい与党（自民党と補完政党）がプロジェクトチームを結成し、実務は鉄道・運輸機構が進めてきた。工事からの儲けは大手ゼネコン、自然破壊などは地元へ、負担は国民に、という構図である

長野氏は指摘。残土（要対策土）は山手側の集落の谷合に捨てるといふが、ここは水源地なので大いに心配している。京都市議会に、地元負担はゼロにしてほしいという要望書を出したことなどを話された。

トンネル工事について、東京都調布市の陥没事故等から懸念は払拭できないし看過できない。京都府は世界遺産が多数あるし、伏見は水と酒の町で知られている。京北の少し北側の美山にはかやぶき屋根の古民家集落がある。こうした観光地に世界から多くの人が訪れる京都の地下にトンネルを掘り、そこに暮らす人々の生活や環境を壊す北陸新幹線延伸計画が本当に必要なのかと訴えた。

（竹本幸造／全国自然保護委員長）



美山のかやぶき古民家（かつて46棟あったが、現在39棟）



長野氏



サプライズで駆け付けた田歌地区の区長（右）と田歌に暮らす親子（中＝父、左＝息子）

クライミングギア・

ロープについて

カラビナ、ハーケンについては1910年H・フーヒトルの項で述べた（本誌2021年6月号）。その後、改良が重ねられ、鉄製からアルミ製へ、ハンガーボルトへと改良された。さらに、耐えうる荷重も数トンという軽くて強靱なものとなった。

同時にトラッドクライミング（注1）も増え、最低のギアで最高のパフォーマンスを、という時代に突入している。

ザイル（ロープ 注2）については、第二次大戦後、それまでの

麻製から、1952年になりナイロンザイルの製造が始まった。マナスル登山隊ではナイロンザイルが使われ、その後麻製と並行してナイロンザイルが広まっていた。

ナイロンザイル事件として大きな反響を呼んだものに、1955年（昭和30年）1月、前穂高東壁における三重県の岩稜会パーティの遭難がある（注3）。当時は日本製のナイロンザイルが開始した頃で、静かな引張試験（静荷重）によるデータだけが発表され、これが従来のマニラ麻をはるかに凌駕していたために登山者はこのザイルに絶大の信頼を置いていた。この時使

の墜落に耐えられず、切れてしまった。その4日前にも明神岳東壁で同様の事故が起きており、この二つの事故には類似点が多く、関係者は「ナイロンザイルは摩擦に弱く、特にせん断力には極めて弱いこと」（注4）を突き止めていた。

この事故の結果、関係者の努力で、ナイロンザイルは見直され、しばしば危険性が警告された。しかし、メーカーが実施した公開実験では、使用された岩角が「面取りされた」つまり角を丸くした状態だったため、摩擦や衝撃に強いという実験結果となってしまった。そのためナイロンザイルの特質（弱点）が一般に正しく広められず、類似の切断事故は続いた（この間、20名を超えるクライマーがナイロンザイルの切断事故で犠牲となっている）。

1973年（昭和48年）消費生活用製品安全法が制定され、ザイルの安全基準が確立された。経済産業省製品安全課で衝撃耐



北岳バットレス4尾根上部7ピッチ目枯れ木テラス崩壊後の新ルートをリードする筆者

用基準を決めており、メーカーはその基準を守らないとザイルを販売できないとされ、さらに事故の場合、製造物責任ということで因果関係が証明されれば数千万円の補償が義務付けられている。

登山の歴史を支え続けた クライミングの歴史

今まで述べてきた内容は一見バラバラのような流れにみえるが、その底流にはクライミングの技術と道具が横たわっていることをご理解いただけるかと思う。高所登山でも、フリークライミングの5・11（注5）が登れなければ8000mは登れないとまで言われ、現代では多様な登山の中で脈々とクライミングが息づいている。

ハイキングクラブではバランス感覚を育てるとして「三点支持」の講習会をやったり、山行中に「お助けヒモ」と称してスリングを常備したりしている（注

6）。もちろん雪山や岩稜の縦走には多くのクライミング技術や道具を活用することで安全で快適な登山を楽しんでいるし、緊急な場合の事故者の搬送なども同様だ。

クライミングの技術と道具はその必要性と広がりが見えてくるように、今やクライミングだけのものではなくなっているのが現状である。60歳を過ぎて人工壁で生き生きと汗を流している中高年クライマーなどがますます増えているように、アルパインクライミングだけでなく、人工壁・ゲレンデだけのクライミング人口も大幅に増え、クライミングは大きく多様化・細分化してきている。登山団体はこの大きな流れと要求に応えるべく、その普及と共に安全対策も含めて奮起しなければならないのではないだろうか。

（完）

（本連載の引用文献）

「山への挑戦」堀田弘司著・岩波書店、「大岩壁の五十年」リカルド・カシン著・白水社、「山こそ我が世界」ガストン・レビファ著・山と溪谷社、「挑戦 二人で8000m峰へ」ラインホルト・メスナー著・山と溪谷社、「極限への挑戦者」ラインホルト・メスナー著・東京新聞、「マロリーは二度死んだ」ラインホルト・メスナー著・山と溪谷社、「ザイルを結ぶとき」奥山章著・山と溪谷社、「垂直の星 吉尾弘遺稿集」日本勤労者山岳連盟編・本の泉社、「垂直の記憶 岩と雪の7章」山野井泰史著・山と溪谷社、「アルピニズムと死」山野井泰史著・山と溪谷社、「我々はいかに「石」にかじりついてきたか 日本フリークライミング小史」菊地敏之著・東京新聞出版局、「そして謎は残った 伝説の登山家マロリー発見記」ヨッヘン・ヘムレプ他著・文芸春秋、「十五年戦争下の登山研究ノート」西本武志著・本の泉社、「実用登山用語データブック」山と溪谷社編・山と溪谷社、「日本登山史・新稿」山崎安治著・白水社、「ヒマラヤ登攀史」深田久弥著・岩波書店、「処女峰アンナプルナ」モリス・エルゾグ著・白水社

（注1） 残置支点に頼らないクライミングのこと。安全確保の支点は自ら「ナチュラルプロテクション」をセッ

トし、残置せずに回収する。終了点に残置支点が設置されているルートもある。終了点に人工支点が設置されているルートもある。

（注2） シュリング（独語）↓スリング（英語）、ザイル（独語）↓ロープ（英語）など昨今、英語で呼称を統一する傾向がある。

（注3） 1956年、石岡繁雄氏らの活動

を知った作家・井上靖は、同年11月下旬から翌年8月下旬にかけて270回にわたり「氷壁」という小説を朝日新聞に連載した。

（注4） 若山五朗の実兄・石岡繁雄氏は実験を繰り返して、1トン以上の荷重に耐える約8mmのナイロンロープは、鋭角の岩角では、人間の体重程度の荷重で簡単に破断することを突き止めた。一方、メーカーは、公開実験で岩角を丸めたため、麻製ロープよりナイロン製が数倍も強いという誤りの実験結果を得て、それが宣伝された。石岡氏は生涯この誤りを正すために活動し、1973年消費生活用製品安全法が制定されてクライミングロープもその対象となった。

（注5） アメリカのクライミンググレード。若いクライマーは1年くらいで5・10に到達すると言われるが、5・11の壁はなかなか難しい。ちなみに筆者の人工壁での最高グレードは5・10C。

（注6） 使用方法の正確な技術を習得しないまま使ったため、大きな事故となったケースもある。2014年8月滝谷合渡渉死亡事故もそのひとつ。スリングをつなぎ合わせてロープ代わりとし、手持ちの短いロープとつなぎ「グリッパビレー」で渡渉者を確保したため、渡渉者・確保者ともに流され、3名が死亡した。事故報告書によると「上流から下流への渡渉」「ロープと渡渉者の結束」「固定ビレー」など原則的な沢の渡渉技術はもちろん、装備も揃っていないかったようである。



登山道の意味と整備



大鹿村青木林道からの奥茶臼山。我が国には茶臼という山は二十数山ある。お茶の葉を挽く石臼のような凸山容の山が多い。整備した尾根からは狭い木立の間からちらほらとしか見えない。

然崇拜は神々の住処を山とみとめ、人は数千年を神と寄り添いながら、山に実る命の糧を恵みとし営々と生命をつないできた。現在地形図に載る山名の殆どの頂に祠が置かれるのはその証でもある。尾根道は災害に強く、水さえ出れば高度千mほどの山腹の南斜面ほど住みよい場所はない。狩猟・採取も身近にできる。時代は下って森林を開墾し、畑での自給自足農業、生活と密着した山々への道は生きるための往来であった。現在の登山道は古の生活の道と理解すべきで、峠や頂を介し他国に行き来する古道でもある。

現

に残る多くの登山道は、山岳宗教も含めて千年以上の歴史を貫いた、誰のものでもない自由な往来といえる。特に我が国には奈良時代の文献にも富士登山の様子が記載されるほど、山と人とのかわりは歴史に深く刻まれる。そういった意味で、登山道の修復や開拓は、国立公園や国有林等で管理された区域であらうと、安全対策（ロープ設置、目印、標識等）、修繕、倒木処理は、必要最小限の通路面積なら、誰でも自由に直せる。ただし、管理（者）を法律で定めている以上、大々的な修復になると入域許可や、登山道自体を自治体や組織が借り受けて行うのが筋となる。借用については国有林内は林野庁になり無償である。国立公園の網のかかっている区域で行う場合は環境省へとなる。

遠

山郷の最北、大鹿村との境に茶臼山塊がある。南アルプス赤石山系の大沢岳から西に派生し、奥茶臼山2474mを頂点にして、南へしらびそ峠まで馬蹄形の尾根を形成する。こ

の尾根は知る人ぞ知る難コースで、奥茶臼の分岐から大沢岳まではけものみち程度。痩せ尾根の登り降り、キレットが続き、ロープなしでは危険？ そのもの。年に数パーティー登山者は入っているが、未整備のままだと遭難が心配、整備すれば大沢岳、赤石岳に迫る凄みのあるルートができる。

そ

の奥茶臼山へ登山道整備を依頼され、この8月19日と26日の二日間しらびそ峠より入山した。ここ数年の台風や豪雨災害による倒木が増大、その障害物を迂回する道が至る所になき、安全が確保できなくなったからだ。この登山道はしらびそ高原にある「天の川」というホテルを持つ地元自治体が、周辺整備のため林野庁から借用済みという利点がある。ホテルを委託している指定管理者の会社が、自然観察やハイキングの目玉に、登山（三百名山・奥茶臼山、尾高山等）のアクティビティを推奨し、時々整備しつつ、近年にはクマザサ、シダ、苔むす山と

して尾高山が人気になった。さすがに奥茶臼山は距離が長く往復8時間以上かかるので上級者向き、入る登山者は少ない。その代わりトレイルランの愛好者が多いそうである。

何しろ馬蹄形尾根の半分、南から北へしらびそ峠、前尾高山、尾高山、奥尾高山、岩本山、奥茶臼山まで距離にして約8km、その間に2200mのピークが三つ、累計標高は峠から644mだが、登ったり降りたりが結構きつい。初日は峠から作業をしつつ、いけるところまでという予定。南信州山岳文化伝統の会会員の清水、原、大蔵に、ホテルの支配人井村さん（トレイルランナーでもある）の4名で入山。頼みは林業の専門家清水さん、チェーンソーを使わせたら右に出るものはない猛者。山歩きも達者で強力な脚力と馬力、片手で8kgもある大型チェーンソーを軽々と持って登る。登山道に横たわる倒木を瞬く間に切り刻み、前進する。

刃渡り40cmもあるので、相当

な大木も容赦なく切られる。大変なのは切り刻まれた材木を片付けながら進む後処理係の残り3名、雨が降ったりやんだりのぐずついた天候の中、大変動きづらい作業となった。それでもパワーあふれる清水さんのお陰で予想以上のはかどりとなった。しらびそ峠から尾高山まで倒木10。尾高山から奥尾高山まで倒木70、ステップ5。奥尾高山から岩本山まで倒木135、ステップ3を処理した。岩本山から奥茶臼へは激しい倒木帯の入り口で燃料切れとなり、数本を切ったのみで初日の作業をお仕舞いにした。雨にたたられ働きを制約されたが、成果は上々である。岩本山から20分ほどの平らな草原には根の弱いシラビソやコメ



倒木処理の立役者、仲間の清水さんの仕事ぶり。8月19日奥尾高山で

ツガ、トウヒ等が折り重なり障害物だらけ、迂回路があちこちにでき迷路帯である。ピンクテープの目印が点在し、暗くなったら動きようがない。ルートを直線的な登路にして1本に絞るべく少し整備して、急ぎ下ることにした。3時間以上かかるので気合を入れ下った。現場を午後3時半にたち、しらびそ峠には何とか空の明るうちについたが11時間弱の行動だった。私はヨレヨレ状態で途中足に痙攣がきて困った。

―― 週間後、残りを一気に片付けるべく勇躍入山。集合時間を8時半しらびそ峠と決めたが、現場まで遠いので、着いた順にそれぞれが別々に現場を目指す。さすがに清水さんは勢いそのまま先に現場と行ってしまっていた。原は一番小型のチェーンソーを持参で倒木処理の見落とし、枝払いや登路に残った細かい切株処理など手直し、私は処理現場の写真撮影と目印テープの交換をやりながら進む。すぐに井村さんが追いかけてきて清水

さんのフォローをすべく、勢よく登って行った。作業をしながらでも2度目は楽に登れ、午後2時ごろ前回の到達地に着いた。奥茶臼山の方からチェーンソーのエンジン音が聞こえる。最後の登りで奮闘中であろうと思った。我々もさらに進み、追いかけると途中にチェーンソーが置いてある。登るにつれ手鋸の切跡が数本続く、チェーンソー故障か？ 目印を取り換えながら登ると上から声がした。残り10分ほどで奥茶臼山頂上という地点だ。「オイルキャップが外れ、失くしてしまつて…面目ない」と清水さん。「とんでもない、あなたがいないければ！ これほどはかどらない」私。いずれにしても私と、原は午後3時半、初めて奥茶臼の頂に立った。岩本山から奥茶臼山まで倒木80、ステップ3で、二日間合計295か所の倒木を処理し、ステップを刻んだ大木は11か所に及んだ。晴れ晴れと気持ちよく下山となったが、さすがに3時間半の長丁場、峠に降り立ったのはヘッドランプの明かりが必要な午後7時半となった。



第19回

山登りのための やさしい気象講座

気象予報士・野尻英一

経験したことの無い大雨・

熱海の土石流

なった方も多いただろう。私も恐ろしさを実感したが、今回はその土石流を考えてみたい。

土石流は土砂が大量の水とともに沢や谷沿いに流下する現象だ。一般的な崖崩れでは崩れた土砂の到達距離は崩壊した高さの2〜3倍程度と言われているが、土石流の場合は数kmに達し、流れ下る速度は時速40kmになることもある。これは陸上100m走の世界記録のイメージだ。流れの先端部に大きな岩石や樹木があるので破壊力も大きく、しかも続いて流れてくる土砂で埋まってしまふ。土石流は規模と被害が大きく、昔から山津波や山抜けと呼ばれ恐れられてきた。

土石流、三つのケース

土石流の発生は、①山の斜

面が大量に水を含み崩壊しその勢いで谷を流下する、②崩れた土砂が谷をふさぎ、堰き止められた水が限界を超え土砂とともに一気に流れる、③もともと谷に堆積していた土砂が激しい水流で崩され、水とともに流れる、といったケースがある。熱海の場合は土石流の発生場所に大量の盛土があったと報道されており、③のケースと思われる。

われわれも登山中、谷に土砂が溜まって地面が「かさ上げ」されているような場所をよく目にするが、山では雨が降れば斜面の土砂が崩れたり、上流から流れてきて堆積したりする場所も多い。山は常に変化しており、登山者はそれを実感しているのだが、その積み重ねがある一線を越えると災害の誘因になるわけだ。

土石流の前兆としては、白い雨が降る（周囲が見えないほど雨が激しい）、雨が降っているのに谷の水量が減る（上

流で流れがせき止められている）、いやな臭いがする（斜面が崩れ腐植土が露出している）、ごろごろと音がする（岩や大木が転がる音）等が言われている。土石流が時速40kmなら1km流れ下るに要する時間は1分半だから、危険を感じたら即避難が大切だ。

平年雨量の1割を超すと危険！

土石流の直接の原因は大雨だ。雨がしみこんで土砂が重くなり、また、土や岩の摩擦力が緩まって崩れやすくなる。図1が熱海土石流のときの雨だが、ポイントは降り始めからの累積雨量が多いことだ。この時の雨は多い時間帯でも概ね強めの土砂降り程度で、危険を感じるような猛雨ではないが、長時間断続的に続いたことで7月9日までの累積雨量は網代で400mm、箱根で800mmを超えた。だいたいは平年の年間雨量の1割が危

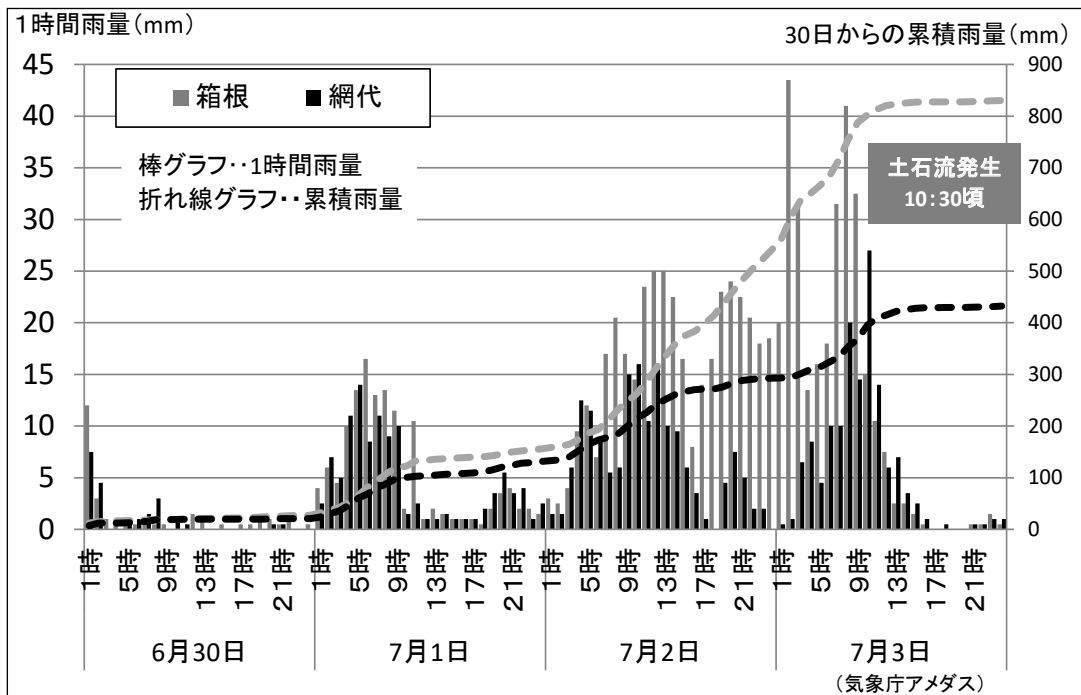


図1 熱海で土石流が発生した（7月3日10時30分頃）前後の雨の降り方

網代は現場の約8km南。土石流発生までに大量の降雨があった。

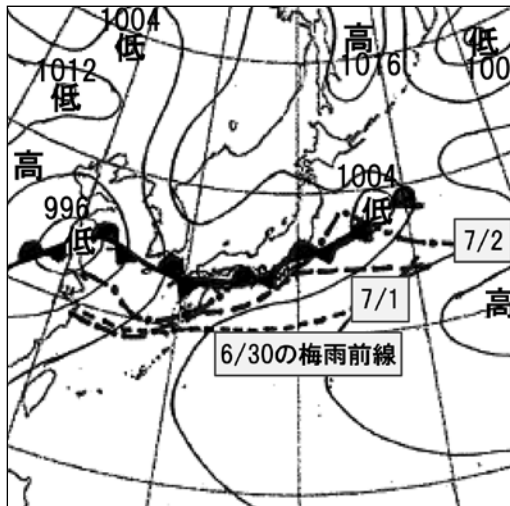


図2 熱海で土石流が発生した7月3日の天気図

東日本では1日から梅雨前線がほとんど動いていない。7月1日から前線はほとんど動かず雨が降り続いていた。4日には前線は北上し大雨は北陸地方に移ったが、この雨で立山でも登山道が崩落した。大雨になった4日～6日の累積雨量は500mmを超えている（図3参照）。雨が続くときは3000m級の稜線でも崩壊の危険が高まっているわけだ。筆者がこの原稿を書いているのは8月13日だが、一昨日から前線がかかり九州で記録的な大雨が降り、九州以外でもその可能性が高まっている。山岳事故や災害、被害が少ないことを祈りたい。

険の目安だが、平年の年間雨量は網代が2013mm、箱根が3561mmで、2割に達していた。大量の降雨の後の雨が強まるタイミングで崖崩れ、土石流が起きやすい。日本の平年の年間雨量は地方にもよるが、概して1500mm程度だ。山岳部はそれより多いだろう。土砂降りの雨が7時間続けばだいたい150mmなので、危険の目安の参考にしてほしい。

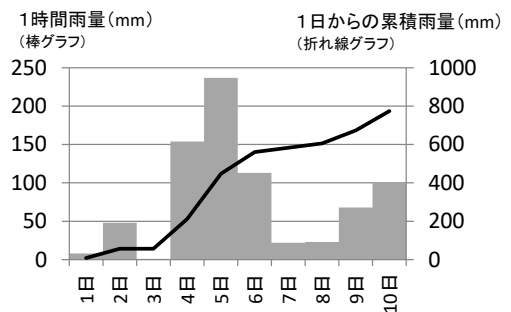


図3 7月1日～10日の立山室堂の雨量
(国交省水文水質データベース)

4日～6日に雨量が多い。9日に登山道の崩落が見つかった。

白い川に黒い温泉とは！

ネパールで屈指のリゾート地として知られるポカラの街から日帰り入浴ができる温泉を紹介したい。ポカラの街からタクシードで入れる場所にあるので、往復チャーターするつもりで出発するとよいだろう。

車はホテルも飛び交うポカラの田園地帯を通り抜けて、郊外にあるヘンジャミランチョックという小さなバザールへと入る。ここからセティ・コーラ沿いへと進路を変えて、川を遡って行く。セティ・コーラのセティには「白い川」との意味があるが、温泉の湧くカロパニは「黒い水」という意味で、何が隠れているのか興味の尽きないところであった。

ヘンジャミランチョックから先は未舗装となるが、道はカロパニ村まで通じているので心配はない。車は湯殿の近くまで行

カロパニ温泉



ポカラでドラマチックなお湯体験

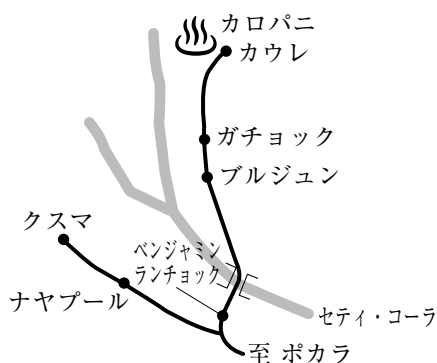
けるが、帰りはタクシードが捕まらないので、入湯する時間ぐらいたら待つてもらった方がいいだろう。運転手も心得ていることが多いので、話は早くまとま

タコツボのような湯槽

この温泉は5、6年前のセティ・コーラの洪水で一度は流

されてしまい、今は8、9人程度が入れるほどの小さな浴槽になってしまった。湯の色が黒くなったのもその頃からで、流されるまでは無色透明で、もともと大勢が入湯できるほどの湯殿があったそうだ。しかし、湯の色が黒くなつてからは、お湯の効能が現れるようになったと地元

の人は言っている。洪水で流されたことよって湯脈が変わり、温泉の成分に影響があったと考えているようだ。湯殿は河原にぽっかりとあった大きなタコツボのような野趣溢れる湯槽で、出涸らしのコーヒーのような暗褐色の湯を湛えている。湯槽を囲む石垣が崩れそうなので、入湯するには勇気がいることだろう。湯底から源泉が湧き出ており、41・9℃と湯加減がよいので、帰りのタクシードを忘れてしまいうになるほどである。自然の中からいただく地球の叡智が結集された源泉である。



ネパール温泉紀行

石原裕一郎 杉並山の会／東京

日本全国 もふもふ コケめぐり

藤井久子 著

家の光協会

¥1,870

A5判・176P

2021年7月刊



まちから山まで、コケにスポットをあてて著者・藤井久子さんがその魅力やエピソードを綴った一冊。日本は多雨で四季があり、地形が変化に富んでいることなどから、多様なコケが生育している。山で見られるコケは標高によって種類が異なり、例えばヒカリゴケは亜高山帯（標高1500～2500m）に生育しているという。本書を通して、ルーベなど「コケめぐり」に必要な準備、コケの生態や名称も学べるようになっていく。

山に入る理由は人それぞれだ。歩くことそのものを楽しんで山頂をめざしている人もいれば、お目当ての動植物の観察に来ている人もいる。多摩丘陵の雑木林を歩いていると、双眼鏡を首からかけてあたりを見回すバードウォッチャーとすれ違うことがある。小仏城山を下山中に行き合った人はムカシトンボが現われるのを待っていた。近年はコケを愛でる人が増えたと聞き、白駒の池で足元をルーペ越しに覗き込んでいた人はコケ観察をしていたんだと腑に落ちた。白駒の池周辺の山小屋は2010年に南佐久北部の森林組合と共同で北八ヶ岳苔の会を結成し、当地のコケの魅力と森の環境保全の必要性を伝え続けているという。

著者はあとがきで、コケが生育場所からむしり取られ、売買される現状があると指摘する。多様なコケをその生育する自然環境も含めて味わってみてほしい、本書にはそんな思いが詰まっている。素敵なコケのガイドブックだ。

（本誌・渡辺明）

燃えあがる雲

大島亮吉物語

深野稔生 著

白山書房

¥1,980

四六判・168P

2021年7月20日刊



三河・北遠 ふるさとの山

東三河山ぽ会 編

¥1,000円

A5判・186P

2021年3月15日刊



山に生き山に逝った登山家・大島亮吉氏。そのエッセイや論考はかなりの数の書籍となって残されているが、その生涯を明らかにした初めての一冊である。本格的な山の本がない時代にいかにして研究を行ったのか。そして、前穂高北尾根で亡くなるまでの人生が、同時代の学生登山家たちの青春群像と共に描かれている。

創立35周年を迎えた「東三河山ぽ会」（愛知県勤労者山岳連盟加盟）の記念行事である山域調査をガイドブックとしてまとめた一冊。三河および北遠地域の山のルート調査を行う中で、沢登りを含めた全46コースを会員全員が手分けして踏査・執筆を行った。会員独自の視点を感じられる。注文は同会ホームページを参照されたい。

山・自然にまつわる「お薦め書籍」を紹介するコーナー

ブックエンド

会員の写真でつくる

2022年カレンダー 注文受付スタート

来年のカレンダーが間もなく完成します。

表紙をはじめとした山の写真(13点)はすべて会員によるもので、応募総数は212点でした。選考はフォトグラファターの小松由佳さんに依頼し、7月13日に全国連盟事務所で実施しました。

九州から北海道まで61名から応募があり、7割が初応募。2回目、8割はWEBフォームによる応募でした。応募総数の4割超が、データ不適合はじめ募集要項を満たさず選外となりました。選外が多かったですが、応募者の裾野は広がってきています。応募者はじめ応募を呼び掛けてくれた皆さんも、ありがとうございました。



表紙は岡孝雄(プリムラ山の会)「刈り入れ終えた朝」(筑波山)

- 1月 宮澤健二(十日町おだまき山の会)「初日の出を拝む岳友」(硫黄岳)
- 2月 漆崎隆之(十日町おだまき山の会)「賑わう冬の巻機山」
- 3月 白崎哲史(岳人あびこ)「澄み渡る3月のパノラマ尾根を行く」(五竜岳)
- 4月 出口泰久(みちくさハイキングクラブ)「章魚頭姿山から我が町和歌山」
- 5月 大森信慈(盛岡山友会)「逆さ鳥海山」
- 6月 大向清司(HCはりま)「たおやかな峰を往く」(九重山)
- 7月 海野一彦(ナチュラルマウンテリングクラブ)「俺だけの雨上がりの青い空と雲」(山伏岳)
- 8月 篠崎泰彦(山の子倶楽部)「天空の貴婦人コマクサ」(硫黄岳)
- 9月 斎木文雄(清津山の会)「頂上の草モミジ」(苗場山)
- 10月 金谷與冶(チャムラン山の会)「カツラ門とブナの紅葉」(粉糠山)
- 11月 石本律代(あるぶハイキングクラブ)「スキッとそびえ立つ!」(子持権現山)
- 12月 加藤三津明(大垣勤労者山岳会)「厳冬期伊吹山八合目付近」

価格: 1部 **1,430**円(送料・税込) ※ 2部 2,590円(送料・税込)、3部以上は要問合せ

労山事務所で受取 = 1部 **1,000**円(税込)

申込み方法: 送付先(氏名・郵便番号・住所・電話番号)を明記して送金してください。

郵便振替口座 00180-0-212568 日本勤労者山岳連盟事務局 宛て

会員は所属会を通じて地方連盟へお申込みください。価格も地方連盟へお尋ねください。

労山カレンダーの魅力は何と
いっても山の写真です。202
1年版への感想でも、写真が素
晴らしい、写真の発表の場があ
るのが良いとの声がありました。
一方、月曜始まり（カレンダー）
は使いづらい、慣れないとの感
想も多くありました。

2022年版はサイズ等の仕
様は前回は踏襲します。カレン
ダーは、翌月分を小さく掲載し
ます。前回同様に「月曜始まり」
とした最終的な判断には、月曜
日を一週間の始まりと認識して
いる人が多いこと、（週末は山に
入るため）土日が並んでいるほ
うが山岳団体のカレンダーには
適する等が考慮
されました。

壁に掛けて登
山計画を書き込
んで使ってみて
ください。感想
もお寄せくださ
い。

22年版カレンダー仕様
壁掛けタイプ・364mm × 515mm
B4 中綴じ・28 ページ
月曜始まり

写真選考の所感

小松由佳

今年はテーマを「おらが山」、
「仲間」と具体化させていただき
ました。コロナ禍の中ですが、
たくさんの方の力作が勢ぞろいし、
「物語を感じる一枚」、「山の光を
美しく捉えた一枚」という観点
から選考させていただきました。

表紙の一枚に選ばれたのは「刈
り入れ終えた朝」。朝陽に照ら
される田園風景と、青く屹立す
る山々。美しい光を捉えた、印
象派の絵画のような一枚です。
1月の「初日の出を拝む岳友」は、
一年の始まりを感じ、気持ち
引き締まる一枚です。2月の「賑
わう冬の巻機山」は、どっしり
とした山容と、登山者との対比
が美しいですね。3月の「澄み
渡る3月のパノラマ尾根に行く」
からは、高みを目指す高揚感が
伝わります。4月の「章魚頭姿
山から我が町と歌山」は、これ
ぞ「おらが山」。暮らしに溶け込

み、すぐそこに存在する里山の
雰囲気伝わります。5月の「逆
さ鳥海山」は、まさに一期一会
の瞬間を捉えています。6月の

「たおやかな峰を往く」は、九重
山の景観の面白さを捉えた一枚。
7月の「俺だけの雨上がりの青
い空と雲」からは、移ろいやす
い山の空の雰囲気、8月の「天
空の貴婦人コマクサ」からは、
花の生命力を感じます。9月の

「頂上の草モミジ」は、来たる冬
へと向かう山の静寂が伝わって
きます。10月の「カツラ門とブ
ナノ紅葉」は、老木の存在感と
紅葉の鮮やかさが見事です。11
月の「スクツとそびえ立つ！」は、
こちらも「おらが山」。構図が整っ
た、きりりとした一枚。12月の「厳
冬期伊吹山八合目付近」からは、
仲間との絆を感じます。

いずれも丁寧に情景を捉えて
おり、皆様の山への情熱と愛情
がにじみ出ておりました。たく
さんのご応募をありがとうございました。

山の日記念全国大会（大分）

8月10日の早朝、別府へ。長
澤孝市大分労山会長と切封会員
の出迎えてレセプションの時間
まで地獄めぐり視察。大分労山
はコロナ禍でも会員は増え、先
日も八ヶ岳の全山縦走をしてき
たとのこと。活発な活動報告を
頼もしくうかがった。

翌11日、九重町での記念式典
当日は午後から雨天となり、早々
に別府へ戻ることになった。昨
年はコロナ禍で中止・順延とな
り、今回も開催が危ぶまれる状
況で、関係者の苦勞が感じられ
た。相変わらず国会議員や地元
の首長・議員が多く参加し、山
の関係者は紹介もなかった。行
事自体は地元の山に関わる人々
の活動紹介など充実した内容
だった。特に吉村美栄子山形県
知事が二日間続けて出席、山形
で開催する来年への呼びかけが
力強く印象に残った。

（川嶋高志／全国連盟事務局長）



JAPAN WORKERS' ALPINE FEDERATION

専門委員会活動報告

2021 8

○労山基金運営委員会

山行管理は「ホームグラウンド」

でも必要

まず、7月の交付申請の審査については16件（うち特典の交付申請は3件）と少なかつたので短時間で終了できた。

次に、会員からの幾つかの質問事項が確認された。その1つは、会則で「近場のホームグラウンドでのトレーニングの山行は計画書が必要ない」と定めている会の計画書不要としている山行で起きた事故への質問。この事故については山行管理の規定に反しているの、交付審査の対象外としていた。当該会からの質問を受け、過去に運営委員会が会則と同様な回答をした経緯を踏まえて、今回のみ交付申請可とした。併せて、今後は、近場のホームグラウンドであっても、計画書の様式でなくとも「誰が・いつ・どこに・誰と・下山報告」などの連絡がなされていることが必要と回答。交付申請は、会が山行を管理していることが前提になる。

続いて、検討課題について論議をした。会員から要望のある行事主催者賠償責任保険については、担当者を決めて情報収集を行なってきたているが、進展は得られていない。今後もひきつづき取り組みとの報告あり。

今後の基金担当者実務説明会は奥羽・東北ブロック（岩手県連）10月2日（土）を予定している。対応する委員2名を内定、次回に決定することにした。

（伊藤正勝／労山基金運営委員）

○自然保護委員会

北陸新幹線・京都延伸と

自然保護で講座開く

7月10～11日（土・日）、第24回労山自然保護講座が、京都市右京区の「あうる京北」で開かれ、8都府県・38人が参加した。テーマは「北陸新幹線巨大隧道工事と山岳自然環境」。北陸新幹線の小浜以西の延伸が、京都丹波高原国定公園を縦断し京都市内から大阪へ伸びるルートで計画され、今、その環境影響評価の手続きがすす

められており、自然環境の破壊を懸念して、住民はじめ、京都労山も要望署名に取り組んでいる。その実情を学び、現地を見た。あわせて各地の自然保護活動を交流した。

10日は、榊原義道さん（北山の自然と文化をまもる会）が「京都のまちと自然を壊す北陸新幹線・京都延伸」について講演された。計画の概要と現状を述べ、次の6つの問題点を指摘された。①大量の残土の処理計画がない ②土砂からヒ素検出の可能性 ③活断層を切る ④水環境の破壊 ⑤京都市内・住宅地に深部地下トンネル ⑥建設費の巨額な誇張。

11日は、現地で活動する長野宇規さん（知井の新幹線問題を考える有志の会）の案内で美山町の予定ルートを見た。北山スギ、美山スギの端正な景観や、涼やかな川の流れのある田舎集落はこのままで次代に残したいとの解説に共感した。

（野口義夫／全国自然保護委員）

○ハイキング委員会

「山の日記念全国大会」に参加して

8月11日「山の日」が制定されてから5年目を迎える今年、大分で開かれた「山の日記念全国大会」に、全国理事として、そして山歩きを愛する一人として参加させていただいた。

10日夜のレセプションではバイオリン演奏があり、目を閉じて「タイスの瞑想曲」で大好きな「坊がつる」を思い起こした。翌日の記念式典・行事は、厳重なコロナ対策の上、九重町長者原で開かれた。生憎の雨だったがトークイベント等楽しんだ。

今回一番の思い出は、大分勤労者山岳会の会長と女性会員からの心からの対応だった。暑い中、やはり厳重なコロナ感染対策のもと別府の街を案内して下さった。短い時間の中、山の話も少々。別府は出で湯の街、あちらこちらに温泉の煙が上がる。その一つに「地獄蒸し工房 鉄輪」があり、吹き出る地熱で野菜等を蒸して食し

た。「地獄蒸し」と呼ばれる調理方法だ。持参された重いザックから取り出したとうもろこし、さつまいも、卵を蒸してくださった。とても甘く、ほっこりして美味しかった。九州の会員とのふれあいは心に残るひとときとなった。

ハイキング委員会では、コロナ禍で順延となっている全国ハイキング交流集会が今後開催でき、また皆さんとお会いし、対面での会話を通じて会員同士多くの経験等を共有できる日を待ち望んでいる。

(佐藤久子／全国ハイキング委員)

○遭難対策部

下山中の転倒に細心の注意を

7月1日から7月31日までに届いた事故一報は29件30名。12名が転倒(無雪期)。13名が墜落・転落・滑落(登攀2名、無雪期3名、沢登り4名、人工壁3名、訓練1名)。2名が体勢(無雪期)。落石(沢登り)、ダニ、肉離れ各1名。男性11名、女性19名。所属連盟は、東京6名、愛知4名、京都・長野・

兵庫各3名、ほか11名(次ページの表参照)。70代5名、60代13名、50代6名、40代5名、30代1名。登攀の事故は減少したが、人工壁での事故が3件発生して骨折や靱帯損傷につながっている。沢登りは5件と増加し、骨折や肩の脱臼等になっているので重大事故につながらないよう慎重な行動をお願いしたい。

7月の特徴としては、70代の事故者5名が全員女性で、高齢女性の事故が増加傾向にある。転倒や滑落・転落に占める女性の割合も7割(24名中17名)となっており、下山時の舗装道路での転倒や下山後に車へ移動中に痛みを感じた等の事例があった。事故の約6割が下山中に起きている。注意力が散漫、疲労が重なり、転倒事故につながっている。下りではより慎重な行動を心がけていただきたい。

(石川昌／全国遭難対策部長)

※事故一報の一覧表は次ページを参照してください。

7月1日から7月31日までに届いた事故一報

事故発生日	地方連盟	年齢	性別	山名	山行形態	事故原因		傷病名	
1	6.12	東京	60	男	田島の岩場	登攀	墜落	終了点付近で岩が欠けて転落	腰の圧迫骨折
2	6.20	東京	62	男	ハヶ岳	無雪期	転倒	スリップして転倒・尻餅	右膝上部内出血
3	6.20	京都	64	男	シャカ岳	無雪期	体勢	体重をかけた時に左足に激痛	左腓骨筋腱脱臼
4	6.20	愛知	72	女	烏帽子岳	無雪期	転倒	岩に足を掛けてバランスを崩した	右手指関節腱断裂
5	7.03	長崎	70	女	(室内)	人工壁	転落	約70cmの所で手が滑った	第一腰椎圧迫骨折
6	6.18	静岡	68	男	大山	無雪期	虫	マダニに大腿部を咬まれた	マダニの感染症
7	6.30	青森	68	女	焼岳	無雪期	転倒	石につまづき尻餅・転倒	左手首粉碎骨折
8	6.25	埼玉	65	女	箆ノ登山	無雪期	転倒	バランスを崩して倒れる	右手首骨折
9	5.09	兵庫	42	男	往古川	沢登り	滑落	足を滑らせ滑落	右肩脱臼
10	6.20	栃木	58	女	芝倉岳	無雪期	滑落	登山道で1m程滑落	右脛骨遠位骨折
11	6.20	東京	73	女	平標山	無雪期	転倒	雨でぬかるんだ登山道で滑って転倒	左手首の捻挫
12	6.28	東京	65	女	(室内)	人工壁	滑落	リード壁で6m程墜落	頭部裂傷・膝他打撲
13	6.26	愛知	58	男	槍が沢	沢登り	滑落	トラバース中に4m程滑落	打撲・捻挫
14	6.27	岡山	63	男	泉山	無雪期	転倒	ぬかるみで滑って転倒	右橈骨遠位骨折
15	7.11	京都	52	女	金比羅山	訓練	滑落	バランスを崩して転倒後、滑落	腰椎圧迫骨折
16	7.17	京都	67	女	長坂山	無雪期	転倒	舗装された車道で転倒	右手首骨折
17	7.17	長野	49	男	大田切川	沢登り	滑落	足を滑らせ5m滑落	右肩脱臼
18	6.19	長野	35	男	大田切川	沢登り	落石	石が崩れ、左脚に当たる	左脚腓骨骨折
19	6.19	鹿児島	74	女	亀ヶ丘	無雪期	体勢	下山後、車へ移動中に痛みを感じた	変形性膝断裂症
20	7.18	奈良	54	女	釈迦ヶ岳	沢登り	滑落	高巻き中に2m転落して滑落	胸椎圧迫骨折
21	6.25	東京	43	女	(室内)	人工壁	転落	ボルダリングで転落	右膝前十字靱帯損傷
22	7.08	栃木	66	男	白手沢林道	無雪期	転倒	林道の川を渡る板で滑って転倒	脊髄損傷
23	7.24	神奈川	41	女	小川山	登攀	転落	足を滑らせ3m程転落する	左距骨骨折
24	7.25	兵庫	61	女	六甲山	無雪期	滑落	苔で手が滑り滑落	胸椎圧迫骨折
25	7.24	兵庫	48	女	丹生山	登攀	その他	登攀中にふくらはぎの肉離れ	左ふくらはぎ肉離れ
26	7.25	愛知	55	男	針ノ木岳	無雪期	滑落	雪渓トラバース中に浮石でバランスを崩し滑落	右肩腱板損傷
27	7.24	愛知	65	女	本宮山	無雪期	転倒	石に引っ掛かり転倒	頭部打撲
28	7.25	長野	63	女	唐沢岳	無雪期	転倒	急坂で足を滑らせ転倒	右手首橈骨骨折
29	7.3	東京	79	女	大柳川	無雪期	転倒	濡れたコンクリートでスリップ	右足首両側骨折
30	7.22	大阪	56	女	渋峠	無雪期	転倒	濡れた石にのり、滑って転倒	捻挫

事故一報の受領順で掲載

	30代	40代	50代	60代	70代	合計
男性	1	2	2	6	0	11
女性	0	3	4	7	5	19
合計	1	5	6	13	5	30

	墜落	転落	滑落	体勢	転倒	他	合計
男性	1	0	4	1	3	2	11
女性	0	3	5	1	9	1	19
合計	1	3	9	2	12	3	30

	無雪期	登攀	訓練	沢登り	人工壁	合計
男性	6	1	0	4	0	11
女性	12	2	1	1	3	19
合計	18	3	1	5	3	30

	骨折	損傷	脱臼	捻挫	打撲	他	合計
男性	3	2	3	1	0	2	11
女性	11	1	0	2	2	3	19
合計	14	3	3	3	2	5	30

- 4日 遭難対策部会
浦添理事長、白井・久保副
理事長、川嶋事務局長、赤
間・石川・大和田・早川・
吉永理事が参加
- 10（11日）全国山の日記念大会（大
分県別府市・九重町）浦添
理事長、川嶋事務局長、大
和田・佐藤久子理事が参加
- 17日 三役会議
- 同日 第4回全国登山研究集会に
向けた課題別講演会（平和
と登山）
- 19日 登山時報編集委員会
- 22日 労山基金運営委員会
- 25日 ハイキング委員会
- 26日 第18回理事会

第17回理事会、討議事項

- ① 全国女性委員会再編成会議につ
いて
推進するためのアンケートを、
地方で活動している女性役員に依
頼する。
- ② 役員選考委員会について
来年の全国総会に向けて次期役
員候補を選出するための選考委員
会を、前回と同じように立ち上げ
る。
- ③ 一般財団法人の立ち上げにつ
いて
専門家に依頼して、関係する役
所への申請書類を作成する。



巻機山・米子沢



全国山の日記念大会で長澤大分労山会長（右から2人目）と記念撮影

フムハハ

No.174

村松 孝一



FROM EDITOR

今夏の山は猛暑後、台風接近と前線の停滞で長雨が続いた。コロナ自粛慣れもあり遭難者は昨年から倍増か、北アでの遭難者はコロナ感染、救助隊員等は濃厚感染の疑いで隔離、一部山小屋でも感染者などで影響がでた。この秋山シーズンは気を引き締めて山行に望みたい。(橋口)

夏の天候が変だ。今年は順調に夏の天候に移り、登山には最適化と思われたが、8月中旬から「秋雨前線」らしい前線の現出で、後半まで雨が続いた。しかし気温のわりに蒸し暑さがあり、過ごしにくさは言うに及ばず。温暖化の影響はどこまで?(塩田)

まもなく夏休みが終わる。もちろん私たち編集部には夏休みはない。学童保育所で子供たちの賑やかな声が聞こえるので目をやると、スイカ割りの風景だった。学生の頃は、夏休み、冬休み、春休みに勿論、定期的に試験もあり一年の間にサイクルがあった。登山時報は2か月先のカレンダーをみながら、メリハリもなくずっと活動している。(今野)

田舎であちこちの梢を転々としながら、ガビチョウが賑やかに歌う。よく聴けばきれいな声だと思いが聞きなしはままならない。早くから鳴き始めたホトトギスは「ボテコケタカ」、先日久しぶりに聴いたフクロウは「ホッホ、ゴロスケホッホ」。(鈴木)

7月17～18日、8月7～8日とそれぞれ宿泊山行を実施。当然、都県境を越え4都県にまたがる山行。宿泊施設も我々にも感染者は出ていない。感染症はウイルスを持った人と接触したとしても、そのウイルスを防護すれば感染しない。この当たり前のことが今重要。見えない敵との闘いは厳しい。(田上)

猛暑の後にはゲリラ豪雨の長雨が続きコロナの爆発的な拡大。一体どうすれば良いのか?閉じこもりを破り雨間について愛宕山に出かけた。湿度は高いが気温は低め。傘をさしてゆっくり登る参道にホトトギス、イワタバコが可憐に咲いていた。ホッとするとひと時。(小倉)

登山時報

©禁無断転載

10月号 No.560 2021年9月15日発行

編集長 今野善伸

副編集長 橋口晴彦

編集 酒井正裕、田上千俊、渡辺明(進行)

校正 小倉迪夫、塩田善次郎、鈴木幹雄

DTP・デザイン 来住真太

発行人 浦添嘉徳

編集人 今野善伸

発行 日本労働者山岳連盟

〒162-0814 東京都新宿区新小川町5-24

TEL 03-3260-6331 メール jwaf@jwaf.jp

印刷 株式会社 ウイング・コア



Sakakibara Yoshimichi



榊原義道さん

1991年、丹波広域基幹林道建設による北山の峠や自然の破壊を止めるため「北山の自然と文化をまもる会」を結成、代表幹事。同会は、98年気候ネットワーク結成に参加、2000年以降ナラ枯れ問題に取り組む。2021年北陸新幹線京都延伸計画の環境アセスメントの一旦中止を求める会を結成、事務局長。京都市伏見区在住。京都左京勤労者山岳会の元会員。

全国自然保護講座 in 京都で講演し、北陸新幹線の京都延伸計画の問題点を指摘

これから自然環境と人の営みが融合した美しい京都で！

代表幹事をつとめている「北山の自然と文化をまもる会」の「自然」とは、人々の営みの中で作りだされてきた森と貴重な生態系を意味します。北山は京都市北部から丹波山地を中心とする地域で、「文化」は若狹と都を結ぶ街道の結節点である「峠」に象徴されます。歴史と人の営みが自然と融合して保全されている所に京都北山の美しさがあります。

私と京都の山の関わりは大学入学後です。下宿が鞍馬の手前、市原にあり、先輩が二ノ瀬ユリに誘ってくれました。また、左京労山の「平日山行」でイオ谷から雲ヶ畑を歩いたり、また別のグループで大見から花背峠に抜けたり、久多から八丁平、大悲山など沢山歩きました。「北山の自然と文化をまもる会」をつくって以降は、調査山行で人の入らない所も結構歩きました。北アルプスなどは大好きですが、こちらは夏休みだけです。

1982年、左京区の大原大見地区を地下鉄工事などの建設残土で埋める計画が明らかになり、その後、岩倉地域で的一条山乱開発問題もありました。1988年には大文字山でのゴルフ場建設計画が大問題になりましたが、私も結成から関わった「大文字山ゴルフ場建設に反対する会」の活動と世論は、1989年にこの計画を断念させました。同時に、北山の尾根から尾根を64kmにわたって貫く丹波広域基幹林道計画を知りました。工事はすでに始まっていて、1990年、私と尾高一郎さん（山岳団体「北山クラブ」代表）を中心に林道の建設予定地を歩く調査ハイキングを始め、道路が通過予定の「北山の峠」周辺を調べ、パンフレット「北山の峠が危ない」を発表しました。その後、地元の日本鱗翅学会の主要な存在について教えていただき、当時の京都労山の代表とも一緒に「北山の自然と文化をまもる会」をつくりました。

※北陸新幹線は現在までに東京ー金沢間が開業。さらに金沢から大阪までつなげる予定で、敦賀以西（敦賀～新大阪）については「小浜京都ルート（敦賀駅ー小浜市（東小浜）附近ー京都駅ー京田辺市（松井山手）附近ー新大阪駅を結ぶルート）」が計画されている。（参考：京都市公式ウェブサイト）

【問題】各図の赤点が尾根にあるか谷にあるか教えてください。
 (目標時間：上級者 1 分以内、中級者 3 分以内、初級者 6 分以内)

地図読み 迷人

監修・村越真
 宮内佐季子
 小泉成行

Lesson 148

等高線読みドリル ① 初級編



1

2

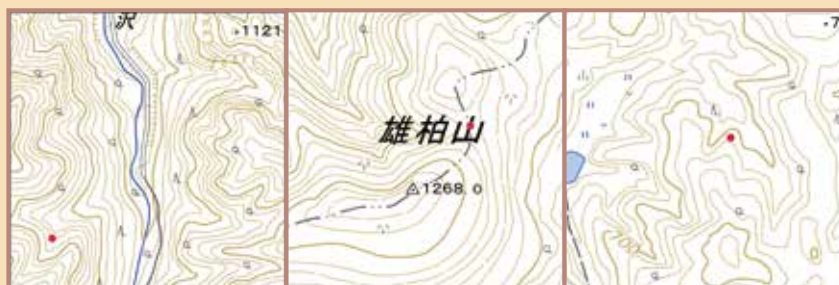
3



4

5

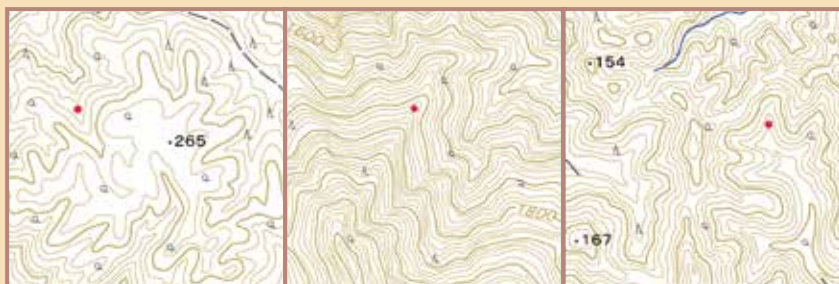
6



7

8

9



10

11

12

【解説】

等高線の読み取りは慣れないと時間がかかってしまうものだが、上級者は初見の地図でもパッと見ただけで地形を把握できる。それは基本を理解した上で、様々な地図を読み、尾根や谷の特徴を無意識に把握できるようになっているからだろう。地図読みの上達にはたくさんさんの地図読みが欠かせない。そこで、今号から3回にわたって等高線読み取りドリルを出題。たくさん読んで読図力アップを目指そう。

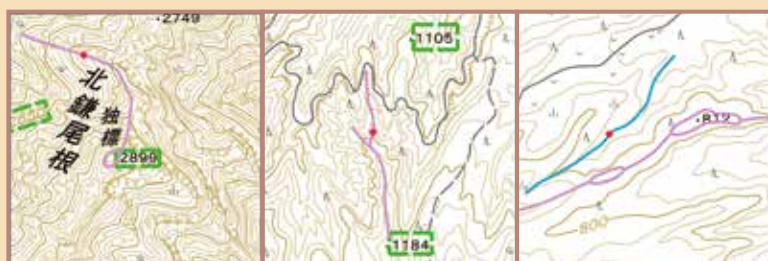
尾根谷の判断には全体的な高低差の把握が欠かせない。したがって速読のポイントは高低差を素早く把握することである。近くに標高情報やピーク・川などがあればそこを基準に探る。それだけではまだ分からない場合は、それらの手がかりを基準に尾根線や谷線を引いていく。赤点まで線を引き切る前に尾根か谷か分かる瞬間があるだろう。その瞬間が大事で、この刺激を繰り返すことで等高線の読み取りが早くなると筆者（小泉）は考えている。次回の中級編。



1

2

3



4

5

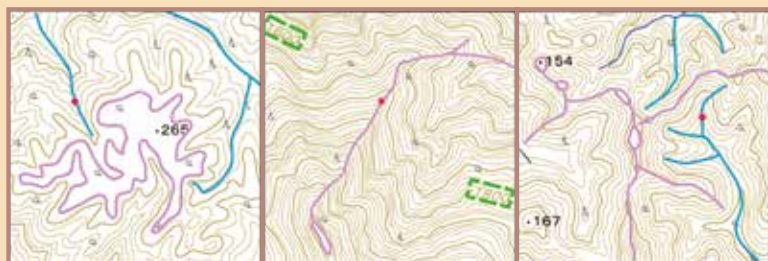
6



7

8

9



10

11

12

- 1：近くのピークから尾根が読めれば、赤点は谷と分かる。
- 2：2つのピークをつなぐ尾根（の鞍部）。
- 3：ピークから尾根と分かる。
- 4：岩やがけで読みにくいが独標を頂点に四方に尾根が伸びている。
- 5：標高から南から北に下っていると読め、尾根と分かる。
- 6：812mのピークを通る尾根が読めれば谷と分かる。
- 7：川を基準に谷と読める。
- 8：地名に隠れて分かりづらいが2つのピークをつなぐ尾根（の鞍部）。
- 9：ピークや池を基準にすると尾根と分かる。
- 10：大きなピークが読めれば谷と分かる。
- 11：ピークと標高から北東に下る尾根の上と分かる。
- 12：やや難解だがピークを基準に尾根を丁寧に読み取れば谷と分かる。

紫線はピークやピークから伸びる尾根線、青線は谷線

前橋ハイキングクラブ

群馬県勤労者山岳連盟

会の現況

一時130名いた会員が高齢化によりここ数年で減少に転じ、現在は85名前後で推移している。

しかし昨年、コロナ禍の中、減少に歯止めがかかり漸増に転じた。会の正式HPは無いが、会員がアップしているHPに「前橋ハイキングクラブ」のページを設けている。そのHPを見た入会問い合わせが増え、入会者も増えてきたと思われる。

そんな中、今年6月創立40周年を迎えることができた。しか

し記念式典も縮小を余儀なくされ、一時は会場が確保できない心配もあったが、何とか見つけて実行することができた。

この40年間重大な山岳遭難事故を起こすことなく過ごしてきたことは会の誇りであり、これからのなお一層努力していきたい。近年の活動状況は、例会山行・自主山行合わせて2020年は年間299回、参加人数累計1055人、2018年は412回・人数1839人、2016年は527回・人数2304人で、昨年度は人数、回数共に減少した。

取り組み

群馬県連救助隊や全国連盟の講師を招いて岩登りやセルフレスキュー、アイスクライミング、初級雪山講習会、スノー

シュー講習会、読図講習会や探鳥会等々、赤城山クリーンハイクや谷川岳クリーンフェスティバルに積極的に参加、ハイキングクラブならではの多様性のある活動を行っている。

前橋は周囲を山に囲まれ上毛



40周年記念誌の表紙



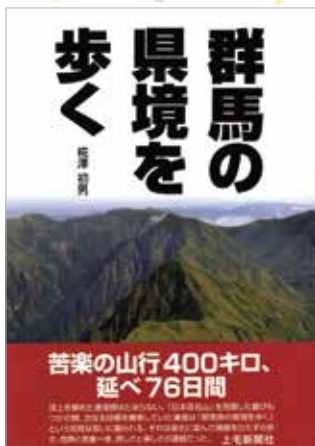
玉原高原スノーシュー講習



赤城山クリーンハイク

労山をつなぐ
ネットワーク
山の仲間を結ぶ
会・クラブ紹介

28



著書『群馬の県境を歩く』
2013年・上毛新聞社刊



日本百観音の結願証

三山（赤城・榛名・妙義）や袈裟丸連峰、日光連山、尾瀬、谷川連峰、四阿山や浅間山、西上州の山々等が日帰り圏内にあり、東北や北中南のアルプスにもアクセスしやすい恵まれた土地である。そんな中、群馬県境踏破は会員が協力して成し遂げた成果である。

また百名山や300名山達成者が沢山、そのほとんどが会山行だ。またヤブ山シリーズとして、名もなき山に読図力を発揮して登ったり、百名山シリーズでは各山のバッジを集めて自分の足跡としたり、日本百観音（西国33ヶ所・坂東33ヶ所・秩父34ヶ所）を歩くことや日本100

名城シリーズを手掛けているリーダー等、高齢化に伴う山行形態の変化にも一部では対応ができてつつある。

我が会では山行報告書に特別の工夫をしている。ヒヤリハットと山行形態をチェックするだけのことだが、一年を通して見ると会員がどんな山行をしているのか流れや危険度の把握ができて有効だ。ヒヤリハットを記入することで、事故の可能性を予想できる効果がある。

今後の課題

最重要の課題としてリーダー不足の解消が挙げられる。高齢化

や新入会員等の幅広い会員に対して魅力的な山行が組めるかが課題、全国連盟ハイキング委員会の2021ハイキング活動者会議の資料などを参考に教育的な要素を含んだ山行や技術アツプを手掛けたい。

課題の2つめは会員募集、ハイカーのニーズが近年変化してきて若者は団体を好まない傾向を感じるので、若者の意見を積極的に採り入れた会運営を目指す。入会前の体験型お試し山行と広報活動を行いたい。3つ目は各

種講習会を自前でできる様な技術、知識を習得すること。4つ目は役員のなり手がいないことだ。改選時期になると、後任を決めるのに大変苦労する。最後はコロナ禍の折、リモート会議が行えるかの検証と、それを実行するメリット、デメリットの洗い出しだ。

以上、課題は山積だが、コロナ禍後の楽しい山行や帰りの温泉入浴を心待ちし、全員が一丸となって今を頑張っている。

（栢澤初男／前橋ハイキングクラブ会長）

群馬県登山連盟 前橋ハイキングクラブ

提出日 21年 月 日
提出者 教育連対部受付
21年 月 日

山行報告書

山名	山行日	年	月	日	当日発 / 新夜発	到着山行	自主山行
コースタイム							
1							
2							
3							
4							
5							
6							

役別	氏名	役別	氏名	役別	氏名
CL	1				
SL	2				
	3				
	4				
	5				
	6				

1 特記事項

2 事故報告（遠隔、簡易で良い）

3 ヒヤリハット ☒ 西側の山にチェックを入れて下さい。（✓をコピーして貼り付け可）

12 つまづき・足を滑らせ ☐ 転落 ☐ 転倒 ☐ 登山時 ☐ 下山時 ☐ 下山時

21 登山者が下り ☐ 登山時 ☐ 下山時 ☐ 下山時 ☐ 下山時 ☐ 下山時

31 登山道を間違えたが直ぐに気づいた ☐ カッパ ☐ ベッドランプ ☐ アイゼン ☐ 飲料 ☐ 水

41 忘れ物をした ☐ カッパ ☐ ベッドランプ ☐ アイゼン ☐ 飲料 ☐ 水

4 山行参加者数（前橋ハイキングの歴史を記録する重要なデータとなります。ご協力をお願いします。）

10 県内（県境上を含む） ☐ 県外 ☐ アルプス（北中南）

11 登山ムハイキング ☐ 新道歩き・観光等 ☐ 名、男性 ☐ 名、女性

22 参加者 ☐ 100名山 ☐ 200名山 ☐ その他の山

※チェックは該当するところ全てにお願いいたします。

5 足湯と同一日コピペ（15文字以内でお願いいたします）

山行報告書

荒々しい火山と高山植物が手軽に楽しめる・ ファミリー、初心者にも最適 ニセコ連峰の中で人気の山

松田幸三

スマイル・マウンテン・クラブ/道央



山頂の稜線に上がったところから見た山頂方面（右端）

ニセコ連峰の数ある山の中にあってアンヌプリとともに最も親しまれている山の一つである。麓の五色温泉から短時間で往復できる。火山としての風貌もニセコの山の中で際立っており、また、様々な高山植物も身近に楽しむことができる。

イワオヌプリ一帯は昔から硫黄鉱山として開け、住居、学校まであったという。当時はイオウ山といわれていた。

登山口は、五色温泉インフォメーションセンターがある駐車場である。ここには登山情報や見頃の高山植物などのお知らせがある。立ち寄るとより楽しく安全なハイキングができる。

駐車場からは人道橋を渡って階段を登っていく。結構な急登なのでゆっくり登ろう。樹林帯を登って行くときにイワオヌプリと、大沼・ニトヌプリの分岐に出る。その分岐を右にルートを取り急斜面を登るとイワオヌプリの山頂稜線にでる。この辺りはまるで火星か砂漠のよう

な荒涼とした場所だ。稜線を左から時計回りにするように山頂を目指す。ザレ場上の台地に山頂標識があり、そこからは正面にアンヌプリ、左に羊蹄山の頭がちょっと見える。反対側にはニセコ連峰の山並みが展望できる。なお、山頂標識は地形図上の山頂とは異なる。

帰路は往路を戻っても良いし、ザレ場を下降して左廻りで下山するのも楽しい。この辺りは目印が少ないので、ガスの時には注意が必要だ。辺り一帯は、冬はバックカントリーの聖地である。世界中からのスキーヤー、ボーダーで賑わっている（コロナ禍前）。当会の会員の所有する「まっさんヒュッテ」が車で10分程の所にあり（問い合わせ先は下記参照）、そこをベースに楽しむことも可能だ。



電子地形図 25000（国土地理院）を加工して作成

⑤ 登山口（五色温泉インフォメーションセンター）> 70分 >
山頂標識（地形図上の山頂とは異なる）> 50分 > 登山口

⑥ 路線バス：JR ニセコ駅～五色温泉行（季節運行）
自家用車：道道 58 号線で五色温泉まで

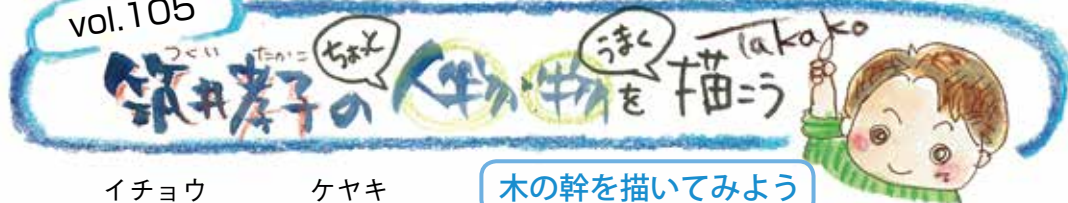
⑦ 五色温泉インフォメーションセンター
電話 0136-59-2200
※まっさんヒュッテ（蘭越町字日出 554-19）については
メール mxsff445@yahoo.co.jp に問い合わせ

⑧ 五色温泉旅館（日帰り入浴 800 円） 電話 0136-58-2707

⑨ 1：25000 ニセコアンヌプリ

⑩ 参考タイム ⑪ 交通 ⑫ 問い合わせ ⑬ 温泉 ⑭ 地図

vol.105



イチヨウ

ケヤキ

木の幹を描いてみよう



幹の色は
反対色

黄色

オレンジ

紫

青



同じ木でも横目
を感じるときは
横目を入れま
しょう



縦目が気になるもの
もあります。そんな
時は縦を強く、そし
て薄く丸くなってい
る木の丸みを入れる
と良くなります

木は常緑樹と広葉樹があります。広葉樹には「黄色」「オレンジ」「赤」「茶」など色があります。その秋になって変わる葉の色を思い出しながら、その反対色の色を足して塗ると「幹」の色がよい感じになります。常緑樹は「緑」なので、「赤」を足すといい感じになっていきます。そこに乾燥などもあるのでよく見るのも楽しいものです。

あらかると

落葉の海に銀の波

石井光造



落葉の海とくれば、この季節を象徴するのは、ススキの銀の穂が風に揺れる銀の波である。箱根仙石原のススキは有名で、波というより銀の海である。八十里越の空堀付近の銀の波も素敵であった（左写真）。

歩く人が少ない場合は、膝まで落ち葉が埋め、まさに海に入っているかのようなものである。下に何があるかわからないから、慎重に歩くことになる。こんな経験をしたのは、峠で有名になった八十里越の入り口、吉ヶ平近くにある雨生池（まどいが池）であった。池までの斜面の落ち葉の厚さは恐怖であった。しかし、泳ぐように歩くのは気持ちよかった。変わった地名の読みは、馬追ヶ池が転じたとの説がある（中写真）。

十月の山、とくに紅葉の景色にしたい言葉に「落葉の海」がある。落ち葉が埋める山道は、夏道より道幅一杯に厚く広がり、どこまでが道なのかわかりにくくなる。道形がしつかりしていれば問題ないが、できるだけ中央を歩くことにするほうがいい（右写真）。

No.237

いじろう!? インソール

笹原芳樹

元カモシカスポーツ本店店長



単純構造の安そうなインソール

自宅にあったマウンテンブーツ、トレッキングシューズ、アプローチシューズ、トレランシューズ等の靴中に、最初からセットされていた(付属品の)各インソールの一部。高価なタイプの方が使い心地が良いので、付属品はどんどん余ってってしまう…そして、捨てられずたまってしまうのだ。



愛用のインソール

右端は昔の物で相当にボロい。左3点はシダス社の3フィート・アクティブという商品のミドルタイプ。左端が未使用品、その右が2年程使用、更にその右(右から2番目)が4~5年の使用。右ひざが悪いが故か、左足の指、特に親指に力が入っているのがよくわかります。古くともコレもなかなか捨てられず!



オススメのインソール

シダス社(フランス)の3Feet Activ
¥6490

アーチが高い、ミドル、ローと3種類あり適切なインソールをセレクトできる。写真にはないが、それぞれ表面の構造も違っている。サイズも色々あり、お店のスタッフに相談してほしい。私は洗濯機で洗っているが、説明書によると石けん水で洗って陰干しとのこと。高価だからやさしく…ね。

インソールとは中敷きのことで、トレッキングシューズ等にとっては大切なパーツです。まあ近年では100円均一のショップでも夏用と冬用で、そこそこの種類を販売しており、結構メジャーになってきたようです。

私がお店にいた当時、靴底の張り替えでお客さんから靴本体を預かる際、インソールは引き抜いて返していました。張り替え時にメーカーでインソールを紛失してしまう事故が多々あったからです。お客さんのなかには、インソールの存在自体を初めて知る方もおり、ひどいケー

スではソックスの繊維クズがフェルト状になってどつと出てきたり、○毛状の毛玉がインソールにからんでいたりと、お互いのやり場に困った事もありました。珍しい例としては、インソールが2枚重なっていました。最初から中敷きが入ってんだ。どうりで靴がきついなと思ったよ!」なんて豪快(笑)な方もありました。

さて、今回はインソールをいじってほしいという私からお願いが3つあるんです。

その1「取り出す」：山から家に着いたら、または山小屋に着いたら、もしくはマイカー登

山で靴をはき替える時等、靴の中は汗でかなり湿っていますので、インソールを本体から抜いて乾かしてほしいのです。臭いを防ぐことにもなるでしょう。靴底にたまった砂等のゴミも捨てて下さい。

その2「洗って」：靴の外は洗っても、中を洗うことはめったにありませんよね。でもインソールは取り出せますので、単純な作りの物なら洗濯機へ。高価な複雑構造の物ならお風呂に入った時にでも、やさしく洗って下さい。ソックスは毎回洗っているのですから、インソールもたまにはお願いいたします。

その3「交換して」：付属品を良いタイプに交換することは前にも述べてますが、高価なインソールが長持ちするわけではありません。単純な物よりもち自体悪い可能性もあります。私は、登山靴はもちろん運動靴や普段の靴でも使い回してしまいうので、消耗が激しい可能性もあります。安物でも高い物でも古くボロくなったインソールは交換して下さい。

清潔なインソールで足裏気持ちよく楽しい山行をして下さいね。

大事なものを、 揃っています。

「登山用品専門店」だからこそ
出来る品揃えと接客サービスで
安全快適な山行をサポート。



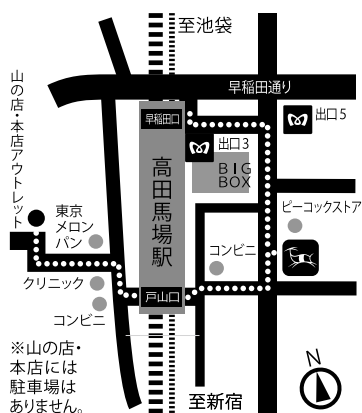
カモシカ 通販



＼オンラインショップ24hrオープン！／ こだわりのアイテムと充実の品ぞろえをネットから！

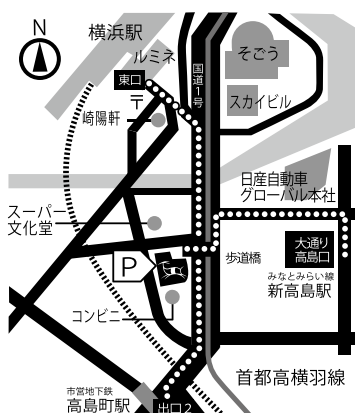
山の店・本店

J R高田馬場駅から徒歩3分



山の店・横浜店

J R横浜駅東口から徒歩5分



山の店・松本店

松本ICから約6km



登山用品専門店

カモシカスポーツ

本店・横浜店 OPEN 11:00 CLOSE 20:00(月～金)/19:00(土日祝)

松本店 OPEN 10:30 CLOSE 19:00

- 山の店・本店 TEL 03-3232-1121 〒169-0075 東京都新宿区高田馬場1-28-6・2F
- 山の店・横浜店 TEL 045-440-0711 〒220-0011 神奈川県横浜市西区高島2-6-32横浜東口・ウィズポートビル1F
- 山の店・松本店 TEL 0263-48-2424 〒390-1242 長野県松本市和田4478-1

日本勤労者山岳連盟 60年の歩みが よくわかる記念誌と年表ができました

60周年記念講演会とレセプションでお渡しした、記念誌「労山の60年」と「60年史年表」を希望する皆さんにお分けします



労山の60年

主な項目

- 第一章 労山の誕生と確立 1960～1969年
- 第二章 急速な会員拡大と諸分野の活動の確立 1970～1979年
- 第三章 一時的停滞を乗り越えて 1980～1989年
- 第四章 中高年登山ブームのなかで 1990～1999年
- 第五章 労山の会員数2万人突破 2000～2009年
- 第六章 新しい発展をめざして 2010年～
(付) 略年表、趣意書、歴代役員など

1冊 500円 (送料込)

A4判 120ページ (手渡しの場合は400円)



60年史年表

1冊 200円 (送料込)

A4判 74ページ (手渡しの場合も同額)

セットで購入の場合

1セット 600円 (送料込) (手渡しの場合は500円)
※上記の価格は、何冊ご注文いただいても同一です。

お申し込みは全国連盟事務局まで

〒162-0814 東京都新宿区新小川町5番24号
TEL 03-3260-6331 FAX 03-3235-4324

メール jwaf@jwaf.jp